

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-10-24 do dnia 2023-10-31 SZPITAL

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-10-24 wtorek	01. Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Galaretkę z kurczaka I 130 g (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa Grochowa 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Bitki wieprzowe w sosie I 110 g (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka z selera i marchwi I 150 g (MLE, SEL,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Szynka biała 40 g Papryka świeża 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt	E: [kcal] 2 412,00 B: [g] 108,80 T: [g] 54,00 Kw.tł.nasy. [g] 26,90 W: [g] 362,20 suma cukrów prostych [g] 94,00 Bł: [g] 46,30 Sól [g] 6,30 Sód [mg] 2 489,80
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Twaróg z mlekiem 100 g (MLE,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa wiejska II 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,) Galantyna drobiowa II 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,) Buraczki gotowane 150 g (GLUPSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Sałatka jarzynowa II 80 g (JAJ, MLE, SEL,) Szynka konserwowa 40 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt	E: [kcal] 2 418,70 B: [g] 99,40 T: [g] 83,30 Kw.tł.nasy. [g] 40,60 W: [g] 316,90 suma cukrów prostych [g] 94,60 Bł: [g] 36,10 Sól [g] 4,50 Sód [mg] 1 809,40
2023-10-25 środa	01. Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta z jaj I 60 g (JAJ, MLE, GOR,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa szpinakowa II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Makaron z mięsem i warzywami I 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser twarogowy 80 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Pieczywo chrupkie 30 g (GLUPSZ,)	E: [kcal] 2 250,90 B: [g] 95,70 T: [g] 74,10 Kw.tł.nasy. [g] 36,40 W: [g] 300,30 suma cukrów prostych [g] 53,00 Bł: [g] 25,00 Sól [g] 6,00 Sód [mg] 2 397,60
	02. Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Potrawka z szynki II 150 ml (GLUPSZ, MLE,) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Kasza jęczmienna 180 g (GLUPSZ,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 049,00 B: [g] 75,10 T: [g] 76,30 Kw.tł.nasy. [g] 44,10 W: [g] 280,60 suma cukrów prostych [g] 91,20 Bł: [g] 29,10 Sól [g] 5,80 Sód [mg] 2 336,30
2023-10-26 czwartek	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Papryka świeża 50 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa z zielonego groszku I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,) Stek wieprzowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki z cebulą I 150 g Kasza jęczmienna 180 g (GLUPSZ,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Kielbasa z wy czajna 70 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 379,00 B: [g] 93,30 T: [g] 85,70 Kw.tł.nasy. [g] 43,90 W: [g] 325,40 suma cukrów prostych [g] 83,40 Bł: [g] 33,40 Sól [g] 5,90 Sód [mg] 2 375,90
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Miód naturalny 1 szt Szynka biała 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa krupnik II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Pulpety drobiowe w sosie II 110 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Marchew gotowana 150 g (GLUPSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta z jaj 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 176,30 B: [g] 89,60 T: [g] 79,10 Kw.tł.nasy. [g] 39,10 W: [g] 291,80 suma cukrów prostych [g] 77,40 Bł: [g] 29,10 Sól [g] 4,90 Sód [mg] 1 929,40

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-10-24 do dnia 2023-10-31 SZPITAL

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-10-27 piątek	01. Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Salceson 70 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Naleśniki z twarogiem i musem owocowym I 220 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Jajko gotowane 50 g (JAJ,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ogórek konserwowy 50 g Herbata 200 ml	Banan 180 g	E: [kcal] 2 486,10 B: [g] 92,00 T: [g] 86,50 Kw.tł.nasy. [g] 39,00 W; [g] 350,20 suma cukrów prostych [g] 129,70 Bł: [g] 30,80 Sól [g] 5,20 Sód [mg] 2 069,40
	02. Dieta latwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Pulpety rybne w warzywach 200 g (GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Szynka mozaikowa 40 g Sałata 0 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Banan 180 g	E: [kcal] 2 071,90 B: [g] 86,40 T: [g] 57,40 Kw.tł.nasy. [g] 31,30 W; [g] 302,30 suma cukrów prostych [g] 113,20 Bł: [g] 30,70 Sól [g] 5,00 Sód [mg] 2 018,70
2023-10-28 sobota	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa 40 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE,)	Zupa pomidorowa z ryżem I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Pieczeń rzymska I 90 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Bułka wrocławska pszenna. 40 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g	E: [kcal] 2 229,60 B: [g] 92,60 T: [g] 68,20 Kw.tł.nasy. [g] 37,40 W; [g] 311,90 suma cukrów prostych [g] 88,40 Bł: [g] 30,50 Sól [g] 5,40 Sód [mg] 2 173,70
	02. Dieta latwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Szynka konserwowa 40 g Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE,)	Zupa pomidorowa z ryżem II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Pulpety gotowane w sosie II 110 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,) Buraczki gotowane 150 g (GLUPSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Bułka wrocławska pszenna. 40 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Dżem 25 g	E: [kcal] 2 106,80 B: [g] 83,40 T: [g] 72,30 Kw.tł.nasy. [g] 40,00 W; [g] 279,70 suma cukrów prostych [g] 96,80 Bł: [g] 28,00 Sól [g] 4,70 Sód [mg] 1 872,70
2023-10-29 niedziela	01. Dieta podstawowa	Bułka kajzerka i chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa 40 g Serek topiony 25 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Jabłka 150 g Kakao na mleku 200 ml (MLE,)	Zupa szczawiowa z ziemniakami I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Filet drobiowy panierowany I 90 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki zasmażane I 150 g (GLUPSZ, MLE,) Kasza jęczmienna 180 g (GLUPSZ,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka wieprzowa c 45 g Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt	E: [kcal] 2 234,90 B: [g] 84,80 T: [g] 64,80 Kw.tł.nasy. [g] 36,20 W; [g] 326,30 suma cukrów prostych [g] 70,60 Bł: [g] 34,10 Sól [g] 6,60 Sód [mg] 2 654,40

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-10-24 do dnia 2023-10-31 SZPITAL

			Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-10-29 niedziela	02. Dieta łatwostrawna		Jogurt owocowy 150 g (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Miód naturalny 1 szt Szynka wieprzowa 40 g Sałata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml (MLE,)	Zupa kalafiorowa II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko gotowane II 120 g Marchew gotowana 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ryż na sypko 180 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt	E: [kcal] 2 146,40 B: [g] 84,40 T: [g] 74,20 Kw.tł.nasy. [g] 37,60 W; [g] 282,20 suma cukrów prostych [g] 85,60 Bł: [g] 28,60 Sól [g] 5,10 Sód [mg] 2 057,90
		01. Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Parówka na gorąco 1 szt Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz ukraiński I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Kopytka w sosie pieczarkowym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g (MLE,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta rybna 80 g (GLU PSZ,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 288,50 B: [g] 73,30 T: [g] 61,90 Kw.tł.nasy. [g] 26,70 W; [g] 381,10 suma cukrów prostych [g] 97,40 Bł: [g] 44,30 Sól [g] 5,70 Sód [mg] 2 248,40
2023-10-30 poniedziałek	02. Dieta łatwostrawna		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Parówka na gorąco 1 szt Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pierogi leniwe z musem owocowym II 280 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Połędwica drobiowa c 45 g (GOR, SOJ, SO2,) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 200,30 B: [g] 82,20 T: [g] 82,30 Kw.tł.nasy. [g] 39,80 W; [g] 295,40 suma cukrów prostych [g] 79,40 Bł: [g] 26,00 Sól [g] 5,20 Sód [mg] 2 042,80
		01. Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Połędwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Sałata 10 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa ogórkowa I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Klopsiki w sosie własnym 110 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki z cebulą I 150 g Kasza gryczana 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 163,10 B: [g] 100,70 T: [g] 62,90 Kw.tł.nasy. [g] 32,30 W; [g] 314,80 suma cukrów prostych [g] 77,30 Bł: [g] 32,40 Sól [g] 6,30 Sód [mg] 2 490,70
2023-10-31 wtorek	02. Dieta łatwostrawna		Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa owsiankowa II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Galantyna drobiowa II 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Połędwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g (MLE,)	E: [kcal] 2 243,50 B: [g] 91,30 T: [g] 81,50 Kw.tł.nasy. [g] 42,10 W; [g] 303,00 suma cukrów prostych [g] 116,30 Bł: [g] 33,40 Sól [g] 5,20 Sód [mg] 2 086,50
		01. Dieta podstawowa					