

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-08-19 | | |
| Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA | | |
| Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 80g (JAJ, GOR, MCK), Ogórek św. 70g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , | Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Kompot z jabłkami 250ml , Sałata z jogurtem (MLE), | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Papryka kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g , Pieczywo ryżowe 2 szt , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2686.93 kcal; Energia: 10866.65 kJ; Białko ogółem: 74.55 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 26.40 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 406.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.13 g; Sód: 2462.67 mg; Potas: 3742.03 mg; Wapń: 756.62 mg; Fosfor: 1907.65 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Woda: 1217.53 g; Popiół: 18.43 g; | | |
| poniedziałek 2024-08-19 | | |
| Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA | | |
| Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 80g (JAJ, GOR, MCK), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z jabłkami 250ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g , Pieczywo ryżowe 2 szt , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2686.87 kcal; Energia: 10866.91 kJ; Białko ogółem: 74.28 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 24.86 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodany ogółem: 433.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Sód: 2176.50 mg; Potas: 4128.74 mg; Wapń: 746.58 mg; Fosfor: 1860.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; suma cukrów prostych: 69.31 g; Woda: 1228.81 g; Popiół: 18.25 g; | | |
| poniedziałek 2024-08-19 | | |
| Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA | | |
| Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 80g (JAJ, GOR, MCK), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Banan 1 szt. , | Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z jabłkami 250ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g , Pieczywo ryżowe 2 szt , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2674.13 kcal; Energia: 10813.35 kJ; Białko ogółem: 72.98 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 24.83 g; Tłuszcz: 52.90 g; Węglowodany ogółem: 430.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Sód: 2176.37 mg; Potas: 4118.73 mg; Wapń: 745.02 mg; Fosfor: 1858.45 mg; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Woda: 1219.23 g; Popiół: 18.23 g; | | |
| poniedziałek 2024-08-19 | | |
| Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 80g (JAJ, GOR, MCK), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Banan 1 szt. , | Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z jabłkami 250ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g , Pieczywo ryżowe 2 szt , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2674.13 kcal; Energia: 10813.35 kJ; Białko ogółem: 72.98 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 24.83 g; Tłuszcz: 52.90 g; Węglowodany ogółem: 430.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Sód: 2176.37 mg; Potas: 4118.73 mg; Wapń: 745.02 mg; Fosfor: 1858.45 mg; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Woda: 1219.23 g; Popiół: 18.23 g; | | |
| poniedziałek 2024-08-19 | | |
| Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 80g (JAJ, GOR, MCK), Sałata ziel. 35g , Ogórek św. 70g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Kompot z jabłkami 250ml , Sałata z jogurtem (MLE), Surówka z marchwi i chrzanu 50g (MLE, S02), | Herbata 250ml , Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Papryka kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Schab krotoszyński 30g (MLE, *), Papryka kons. 100g (GOR), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2919.16 kcal; Energia: 11349.51 kJ; Białko ogółem: 88.74 g; białko zwierzęce: 77.14 g; białko roślinne: 29.07 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 395.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; Sód: 3203.66 mg; Potas: 4179.47 mg; Wapń: 815.59 mg; Fosfor: 2077.72 mg; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; suma cukrów prostych: 71.95 g; Woda: 1408.43 g; Popiół: 20.18 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-08-20 Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Pomidor 70g, Gruszka 1szt., Sałata ziel. 35g, Ser żółty 40g (MLE), | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Brokuły gotowane 100g, Kompot z porzeczkami 250ml, Kasza jęczmienna na sytko gotowana 200g (GLU), | Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Drożdżówka 1 szt. (GLU, JAJ, MLE, *), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2266.43 kcal; Energia: 9556.51 kJ; Białko ogółem: 63.97 g; białko zwierzęce: 32.56 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 50.08 g; Węglowodany ogółem: 428.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.62 g; Sód: 2203.50 mg; Potas: 2960.36 mg; Wapń: 815.78 mg; Fosfor: 1163.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 68.79 g; Woda: 913.17 g; Popiół: 14.52 g; | | |
| wtorek 2024-08-20 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło 10g (MLE), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., Ser żółty 40g (MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Brokuły gotowane 50g, Surówka z jarzyn mieszanych 50g (SEL, *), Kompot z porzeczkami 250ml, Kasza jęczmienna na sytko gotowana 200g (GLU), | Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło 10g (MLE), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Szyunka gotowana 30g (SEL, GOR), Ogórek św. 100g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2261.29 kcal; Energia: 7987.15 kJ; Białko ogółem: 72.55 g; białko zwierzęce: 35.03 g; białko roślinne: 28.89 g; Tłuszcz: 54.06 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.48 g; Sód: 2853.27 mg; Potas: 2823.11 mg; Wapń: 826.72 mg; Fosfor: 1182.08 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; Woda: 1025.72 g; Popiół: 15.73 g; | | |
| wtorek 2024-08-20 Dieta: O. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA III | | |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1139.82 kcal; Energia: 5113.98 kJ; Białko ogółem: 46.94 g; białko zwierzęce: 41.66 g; białko roślinne: 11.53 g; Tłuszcz: 54.30 g; Węglowodany ogółem: 118.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.18 g; Sód: 858.33 mg; Potas: 3078.65 mg; Wapń: 788.62 mg; Fosfor: 1471.66 mg; Błonnik pokarmowy: 11.25 g; suma cukrów prostych: 26.28 g; Woda: 671.54 g; Popiół: 10.86 g; | | |
| wtorek 2024-08-20 Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY | | |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 1 szt. 330ml, | | Posiłek nocny: Drożdżówka 1 szt. (GLU, JAJ, MLE, *), |
| Wartości odżywcze: Energia: 360.15 kcal; Energia: 1766.70 kJ; Białko ogółem: 7.35 g; białko zwierzęce: 0.42 g; białko roślinne: 6.93 g; Tłuszcz: 6.83 g; Węglowodany ogółem: 78.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.91 g; Sód: 294.00 mg; Potas: 141.75 mg; Wapń: 21.00 mg; Fosfor: 58.80 mg; Błonnik pokarmowy: 6.10 g; suma cukrów prostych: 16.49 g; Woda: 21.32 g; Popiół: 1.05 g; | | |
| wtorek 2024-08-20 Dieta: O. DIETA DLA ZPO | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., Ser żółty 40g (MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Brokuły gotowane 50g, Kompot z porzeczkami 250ml, Kasza jęczmienna na sytko gotowana 200g (GLU), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g (MLE), | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 1967.02 kcal; Energia: 8306.37 kJ; Białko ogółem: 56.57 g; białko zwierzęce: 32.14 g; białko roślinne: 21.73 g; Tłuszcz: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.87 g; Sód: 1969.63 mg; Potas: 2872.62 mg; Wapń: 946.84 mg; Fosfor: 1201.97 mg; Błonnik pokarmowy: 23.43 g; suma cukrów prostych: 60.00 g; Woda: 942.23 g; Popiół: 14.10 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-08-21 Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA | | |
| Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 20g (MLE), Schab krotoszyński 40g (MLE, *), Ogórek kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , | Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet dr. panierow. smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml , Ziemniaki gotowane 200g , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek św. 70g , Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2340.83 kcal; Energia: 9758.01 kJ; Białko ogółem: 55.70 g; białko zwierzęce: 48.35 g; białko roślinne: 18.94 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 355.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.20 g; Sód: 2652.93 mg; Potas: 3853.67 mg; Wapń: 1038.14 mg; Fosfor: 1472.32 mg; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; suma cukrów prostych: 75.30 g; Woda: 1223.95 g; Popiół: 17.28 g; | | |
| środa 2024-08-21 Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA | | |
| Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 20g (MLE), Schab krotoszyński 40g (MLE, *), Pomidor 70g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Jogurt owocowy 1 szt. (MLE), | Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Buraczki z olejem gotowane 100g , Kompot z porzeczkami 250 ml , Ziemniaki gotowane 200g , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2601.98 kcal; Energia: 10344.42 kJ; Białko ogółem: 61.76 g; białko zwierzęce: 56.72 g; białko roślinne: 18.41 g; Tłuszcz: 68.59 g; Węglowodany ogółem: 400.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.68 g; Sód: 2149.06 mg; Potas: 4863.83 mg; Wapń: 1213.70 mg; Fosfor: 1588.13 mg; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; suma cukrów prostych: 95.26 g; Woda: 1372.39 g; Popiół: 18.20 g; | | |
| środa 2024-08-21 Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA | | |
| Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 20g (MLE), Schab krotoszyński 40g (MLE, *), Pomidor 70g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , | Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Buraczki z olejem gotowane 100g , Kompot z porzeczkami 250 ml , Ziemniaki gotowane 200g , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2474.48 kcal; Energia: 9906.42 kJ; Białko ogółem: 56.51 g; białko zwierzęce: 49.82 g; białko roślinne: 18.26 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; Sód: 2077.06 mg; Potas: 4541.33 mg; Wapń: 1015.70 mg; Fosfor: 1442.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Woda: 1247.14 g; Popiół: 16.85 g; | | |
| środa 2024-08-21 Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 20g (MLE), Schab krotoszyński 40g (MLE, *), Pomidor 70g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , | Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Buraczki z olejem gotowane 100g , Kompot z porzeczkami 250ml , Ziemniaki gotowane 200g , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2474.48 kcal; Energia: 9906.42 kJ; Białko ogółem: 56.51 g; białko zwierzęce: 49.82 g; białko roślinne: 18.26 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; Sód: 2077.06 mg; Potas: 4541.33 mg; Wapń: 1015.70 mg; Fosfor: 1442.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Woda: 1247.14 g; Popiół: 16.85 g; | | |
| środa 2024-08-21 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml , Masło ex 20g (MLE), Schab krotoszyński 40g (MLE, *), Ogórek kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Surówka coleslaw 100g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml , Ziemniaki gotowane 200g , | Herbata 250ml , Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek św. 70g , Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Papryka św. 100g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2833.52 kcal; Energia: 10649.38 kJ; Białko ogółem: 77.05 g; białko zwierzęce: 62.60 g; białko roślinne: 24.78 g; Tłuszcz: 85.15 g; Węglowodany ogółem: 360.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.99 g; Sód: 2750.59 mg; Potas: 4423.14 mg; Wapń: 974.11 mg; Fosfor: 1639.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; suma cukrów prostych: 72.19 g; Woda: 1442.42 g; Popiół: 19.33 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA | | |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Nektarynka 1 szt., Pomidor 70g, | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z sosem bolońskim drobiowy 220/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (*), Kompot z porzeczkami 250 ml, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa got. 40g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Ryż z brzoskwiniami i jogurtem 150g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2299.92 kcal; Energia: 9302.41 kJ; Białko ogółem: 51.24 g; białko zwierzęce: 35.40 g; białko roślinne: 25.67 g; Tłuszcz: 55.71 g; Węglowodany ogółem: 417.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; Sód: 1636.23 mg; Potas: 3256.89 mg; Wapń: 649.35 mg; Fosfor: 1326.92 mg; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Woda: 1033.89 g; Popiół: 14.05 g; | | |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Nektarynka 1 szt., | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z sosem bolońskim drobiowy 220/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (*), Kompot z porzeczkami 250ml, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa got. 40g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Ryż z brzoskwiniami i jogurtem 150g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2299.92 kcal; Energia: 9302.41 kJ; Białko ogółem: 51.24 g; białko zwierzęce: 35.40 g; białko roślinne: 25.67 g; Tłuszcz: 55.71 g; Węglowodany ogółem: 417.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; Sód: 1636.23 mg; Potas: 3256.89 mg; Wapń: 649.35 mg; Fosfor: 1326.92 mg; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Woda: 1033.89 g; Popiół: 14.05 g; | | |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pomidor 70g, Nektarynka 1 szt., Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, *), Makaron z sosem bolońskim drobiowy 220/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (*), Kompot z porzeczkami 250 ml, Surówka wielowarzywna 100g (*), | Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa got. 40g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g, Papryka św. 70g, Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Twaróg krojony 30g (MLE), Papryka kons. 100g (GOR), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2490.00 kcal; Energia: 9220.29 kJ; Białko ogółem: 77.22 g; białko zwierzęce: 41.17 g; białko roślinne: 30.12 g; Tłuszcz: 79.05 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.14 g; Sód: 2616.78 mg; Potas: 3760.24 mg; Wapń: 740.60 mg; Fosfor: 1543.27 mg; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 41.12 g; Woda: 1196.54 g; Popiół: 17.90 g; | | |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA III | | |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Koperkowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1134.62 kcal; Energia: 5115.34 kJ; Białko ogółem: 45.55 g; białko zwierzęce: 39.88 g; białko roślinne: 11.91 g; Tłuszcz: 52.96 g; Węglowodany ogółem: 122.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.78 g; Sód: 808.47 mg; Potas: 3038.25 mg; Wapń: 772.45 mg; Fosfor: 1457.17 mg; Błonnik pokarmowy: 11.05 g; suma cukrów prostych: 24.26 g; Woda: 655.35 g; Popiół: 10.59 g; | | |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY | | |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 150ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *), | | Posiłek nocny: Ryż z brzoskwiniami i jogurtem 150g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 339.97 kcal; Energia: 1311.67 kJ; Białko ogółem: 8.59 g; białko zwierzęce: 7.00 g; białko roślinne: 3.89 g; Tłuszcz: 2.46 g; Węglowodany ogółem: 62.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.46 g; Sód: 58.34 mg; Potas: 325.67 mg; Wapń: 155.99 mg; Fosfor: 187.22 mg; Błonnik pokarmowy: 2.18 g; suma cukrów prostych: 13.89 g; Woda: 151.78 g; Popiół: 1.53 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-08-22 Dieta: O. DIETA DLA ZPO | | |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Nektarynka 1 szt., II Śniadanie: Budyń waniliowy 150ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *), | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z sosem bolońskim drobiowy 220/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winogret (*), Kompot z porzeczkami 250ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 100g (MLE), | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Szyunka drobiowa got. 40g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2215.89 kcal; Energia: 9157.18 kJ; Białko ogółem: 56.73 g; białko zwierzęce: 42.40 g; białko roślinne: 21.86 g; Tłuszcz: 57.27 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; Sód: 1729.67 mg; Potas: 3411.56 mg; Wapń: 905.34 mg; Fosfor: 1440.54 mg; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Woda: 1146.92 g; Popiół: 14.98 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Ogórek św. 70g, Gruszka 1szt., | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Kompot z jabłkami 250ml, Szpinak oprószany z masłem 100g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (*), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2004.92 kcal; Energia: 8289.65 kJ; Białko ogółem: 64.68 g; białko zwierzęce: 47.96 g; białko roślinne: 17.98 g; Tłuszcz: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 328.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.09 g; Sód: 1781.69 mg; Potas: 3158.62 mg; Wapń: 664.45 mg; Fosfor: 1355.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; suma cukrów prostych: 58.81 g; Woda: 1114.36 g; Popiół: 14.65 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., II Śniadanie: Sok Kubaś 1 szt. 300ml, | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Kompot z jabłkami 250ml, Szpinak oprószany z masłem 100g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (*), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2132.37 kcal; Energia: 8439.79 kJ; Białko ogółem: 65.11 g; białko zwierzęce: 47.96 g; białko roślinne: 17.47 g; Tłuszcz: 53.76 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.12 g; Sód: 1780.99 mg; Potas: 3396.63 mg; Wapń: 666.22 mg; Fosfor: 1360.64 mg; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; suma cukrów prostych: 65.78 g; Woda: 1187.32 g; Popiół: 14.71 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Gruszka 1szt., Sałata ziel. 35g, | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Kompot z jabłkami 250ml, Szpinak oprószany z masłem 100g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (*), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1944.04 kcal; Energia: 7906.80 kJ; Białko ogółem: 69.72 g; białko zwierzęce: 55.01 g; białko roślinne: 15.97 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.48 g; Sód: 1705.49 mg; Potas: 3511.74 mg; Wapń: 683.26 mg; Fosfor: 1380.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Woda: 1171.24 g; Popiół: 15.23 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Kompot z jabłkami 250ml, Szpinak oprószany z masłem 100g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (*), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1944.04 kcal; Energia: 7906.80 kJ; Białko ogółem: 69.72 g; białko zwierzęce: 55.01 g; białko roślinne: 15.97 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.48 g; Sód: 1705.49 mg; Potas: 3511.74 mg; Wapń: 683.26 mg; Fosfor: 1380.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Woda: 1171.24 g; Popiół: 15.23 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Kompot z jabłkami 250ml, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi i jabłka 50g (MLE), Szpinak oprószony masłem 50g (GLU, MLE), | Herbata 250ml, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Ogórek kons. 100g (GOR), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2388.62 kcal; Energia: 8639.08 kJ; Białko ogółem: 83.49 g; białko zwierzęce: 63.75 g; białko roślinne: 19.91 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 315.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.61 g; Sód: 2843.75 mg; Potas: 3548.78 mg; Wapń: 826.63 mg; Fosfor: 1636.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; suma cukrów prostych: 53.21 g; Woda: 1263.85 g; Popiół: 18.35 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA III | | |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, MLE, SEL), | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1485.00 kcal; Energia: 6074.59 kJ; Białko ogółem: 50.67 g; białko zwierzęce: 53.48 g; białko roślinne: 11.97 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 133.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.31 g; Sód: 904.68 mg; Potas: 2919.03 mg; Wapń: 778.92 mg; Fosfor: 1617.05 mg; Błonnik pokarmowy: 12.19 g; suma cukrów prostych: 23.73 g; Woda: 658.86 g; Popiół: 10.80 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY | | |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 150ml, | | Posiłek nocny: Galaretka z brzoskwinia 150g (*), |
| Wartości odżywcze: Energia: 39.80 kcal; Energia: 260.20 kJ; Białko ogółem: 1.05 g; białko zwierzęce: 0.49 g; białko roślinne: 0.43 g; Tłuszcz: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 14.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.09 g; Sód: 290.40 mg; Potas: 450.00 mg; Wapń: 14.70 mg; Fosfor: 35.70 mg; Błonnik pokarmowy: 2.62 g; suma cukrów prostych: 11.04 g; Woda: 213.29 g; Popiół: 1.53 g; | | |
| piątek 2024-08-23 Dieta: O. DIETA DLA ZPO | | |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Pasta jajeczna 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, Gruszka 1szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Kompot z jabłkami 250ml, Szpinak oprószony z masłem 100g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Podwieczorek: Galaretka z brzoskwinia 150g (*), | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta rybna z twarogiem 80g (MLE, *), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2040.28 kcal; Energia: 8516.96 kJ; Białko ogółem: 79.02 g; białko zwierzęce: 63.01 g; białko roślinne: 16.01 g; Tłuszcz: 51.75 g; Węglowodany ogółem: 333.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.72 g; Sód: 1859.22 mg; Potas: 3694.75 mg; Wapń: 765.82 mg; Fosfor: 1610.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Woda: 1274.32 g; Popiół: 16.46 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Szyntka drobiowa got. 50g (SOJ, *), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g, Jabłko des. 1 szt., | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml, | Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g, Ogórek kiszony 70g, Posiłek nocny: Jogurt z jabłkami prażonymi 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2203.69 kcal; Energia: 8592.31 kJ; Białko ogółem: 58.32 g; białko zwierzęce: 21.22 g; białko roślinne: 21.39 g; Tłuszcz: 55.06 g; Węglowodany ogółem: 354.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Sód: 2027.68 mg; Potas: 3009.66 mg; Wapń: 871.18 mg; Fosfor: 1061.37 mg; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 73.03 g; Woda: 1196.46 g; Popiół: 15.34 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Szyńka drobiowa got. 50g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z jabłkami prażonymi 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2207.73 kcal; Energia: 8608.37 kJ; Białko ogółem: 55.06 g; białko zwierzęce: 21.22 g; białko roślinne: 19.27 g; Tłuszcz: 54.42 g; Węglowodany ogółem: 380.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Sód: 1619.21 mg; Potas: 3246.47 mg; Wapń: 865.24 mg; Fosfor: 1054.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; suma cukrów prostych: 75.43 g; Woda: 1238.92 g; Popiół: 14.50 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Szyńka drobiowa got. 50g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g , Jabłko des. 1 szt. , Pomidor 70g , | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z jabłkami prażonymi 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2194.99 kcal; Energia: 8554.81 kJ; Białko ogółem: 53.76 g; białko zwierzęce: 21.22 g; białko roślinne: 19.23 g; Tłuszcz: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 377.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Sód: 1619.08 mg; Potas: 3236.46 mg; Wapń: 863.68 mg; Fosfor: 1052.07 mg; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Woda: 1229.34 g; Popiół: 14.47 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml , Masło ex 10g (MLE), Szyńka drobiowa got. 50g (SOJ, *), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Jabłko des. 1 szt. , | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250ml , | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt z jabłkami prażonymi 150g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2194.99 kcal; Energia: 8554.81 kJ; Białko ogółem: 53.76 g; białko zwierzęce: 21.22 g; białko roślinne: 19.23 g; Tłuszcz: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 377.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Sód: 1619.08 mg; Potas: 3236.46 mg; Wapń: 863.68 mg; Fosfor: 1052.07 mg; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Woda: 1229.34 g; Popiół: 14.47 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szyńka drobiowa got. 50g (SOJ, *), Papryka św. 70g , Sałata ziel. 35g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Brokuły gotowane 100g , Sałata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250 ml , | Herbata 250ml b/c , Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g , Ogórek kiszony 70g , Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Szyńka z indyka 30g , Ogórek św. 100g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2366.12 kcal; Energia: 8100.37 kJ; Białko ogółem: 76.68 g; białko zwierzęce: 31.74 g; białko roślinne: 27.98 g; Tłuszcz: 71.61 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.80 g; Sód: 2336.17 mg; Potas: 3094.57 mg; Wapń: 595.84 mg; Fosfor: 928.32 mg; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; suma cukrów prostych: 38.17 g; Woda: 1230.50 g; Popiół: 15.25 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA III | | |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Żurek miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1114.75 kcal; Energia: 5024.99 kJ; Białko ogółem: 45.08 g; białko zwierzęce: 40.04 g; białko roślinne: 11.29 g; Tłuszcz: 53.01 g; Węglowodany ogółem: 118.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.83 g; Sód: 811.78 mg; Potas: 3010.48 mg; Wapń: 771.72 mg; Fosfor: 1450.85 mg; Błonnik pokarmowy: 10.85 g; suma cukrów prostych: 24.41 g; Woda: 658.13 g; Popiół: 10.57 g; | | |
| sobota 2024-08-24 Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY | | |
| II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | | Posiłek nocny: Jogurt z jabłkami prażonymi 200g (GLU, MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia: 179.24 kcal; Energia: 755.06 kJ; Białko ogółem: 1.45 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.19 g; Tłuszcz: 0.81 g; Węglowodany ogółem: 24.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.83 g; Sód: 127.13 mg; Potas: 462.51 mg; Wapń: 343.06 mg; Fosfor: 249.45 mg; Błonnik pokarmowy: 1.06 g; suma cukrów prostych: 20.35 g; Woda: 221.13 g; Popiół: 2.13 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital OleśnicaSyców | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-08-25 Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA | | |
| Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt. (*), Ketchup 20g , Pomidor 70g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (*), | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszona 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 80g (*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 50g , Kompot z malinami 250 ml , | Herbata 250ml b/c , Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Szynekowa dębowa drob. 50g (GLU, SOJ, MLE), Papryka kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Papryka św. 100g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 3002.30 kcal; Energia: 10662.72 kJ; Białko ogółem: 91.27 g; białko zwierzęce: 77.47 g; białko roślinne: 25.04 g; Tłuszcz: 94.61 g; Węglowodany ogółem: 349.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.52 g; Sód: 3531.84 mg; Potas: 4674.02 mg; Wapń: 551.80 mg; Fosfor: 1590.69 mg; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; suma cukrów prostych: 53.88 g; Woda: 1459.94 g; Popiół: 18.57 g; | | |
| niedziela 2024-08-25 Dieta: O. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA III | | |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Rosół mixowany 500ml (GLU, SEL, *), | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), |
| Wartości odżywcze: Energia: 1066.80 kcal; Energia: 4594.63 kJ; Białko ogółem: 37.73 g; białko zwierzęce: 31.60 g; białko roślinne: 12.36 g; Tłuszcz: 50.55 g; Węglowodany ogółem: 120.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Sód: 659.50 mg; Potas: 2418.95 mg; Wapń: 709.72 mg; Fosfor: 1212.73 mg; Błonnik pokarmowy: 10.00 g; suma cukrów prostych: 23.10 g; Woda: 476.79 g; Popiół: 8.57 g; | | |
| niedziela 2024-08-25 Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY | | |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 150ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *), | | Posiłek nocny: De-serek z musem owocowym 1 szt. , |
| Wartości odżywcze: Energia: 325.77 kcal; Energia: 1413.82 kJ; Białko ogółem: 17.75 g; białko zwierzęce: 7.00 g; białko roślinne: 0.04 g; Tłuszcz: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 48.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.20 g; Sód: 44.39 mg; Potas: 140.17 mg; Wapń: 120.99 mg; Fosfor: 89.42 mg; Błonnik pokarmowy: 0.03 g; suma cukrów prostych: 10.35 g; Woda: 89.16 g; Popiół: 0.73 g; | | |
| niedziela 2024-08-25 Dieta: O. DIETA DLA ZPO | | |
| Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt. (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 150ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *), | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszona 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 100g , Kompot z malinami 250ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g (MLE), | Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Szynekowa dębowa drob. 50g (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 35g , Pomidor 70g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2707.75 kcal; Energia: 10299.07 kJ; Białko ogółem: 78.46 g; białko zwierzęce: 71.69 g; białko roślinne: 19.28 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 390.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.27 g; Sód: 3034.93 mg; Potas: 4772.03 mg; Wapń: 760.61 mg; Fosfor: 1452.52 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; suma cukrów prostych: 89.81 g; Woda: 1405.06 g; Popiół: 17.69 g; | | |