

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Ogórek kiszony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE , GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL , SOJ, GOR, ŻYT), kotlet drobiowy 120g. (GLU, JAJ), Sałatka szwedzka 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt. ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2312.65 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; białko zwierzęce: 63.05 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Sód: 6568.95 mg; Potas: 4853.90 mg; Magnez: 375.12 mg; Wapń: 397.23 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 649.31 ug; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 61.32 g; suma cukrów prostych: 59.64 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, marchewka oprószana 150g (GLU), kompot 200ml . , Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt. ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2170.45 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; białko zwierzęce: 68.09 g; Tłuszcz: 85.59 g; Węglowodany ogółem: 277.10 g; Sód: 2012.90 mg; Potas: 4531.77 mg; Magnez: 305.43 mg; Wapń: 218.12 mg; Żelazo: 9.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3099.02 ug; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.28 g; suma cukrów prostych: 46.94 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU , ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Ogórek kiszony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE , GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL , SOJ, GOR, ŻYT), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Sałatka szwedzka 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2483.50 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; białko zwierzęce: 81.52 g; Tłuszcz: 73.71 g; Węglowodany ogółem: 362.83 g; Sód: 6920.31 mg; Potas: 5734.79 mg; Magnez: 490.03 mg; Wapń: 674.49 mg; Żelazo: 13.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 878.77 ug; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.33 g; suma cukrów prostych: 72.60 g;		
wtorek 2024-02-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z pietruszką 70g (MLE), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU , ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa z fasolki szparagowej 250ml (MLE , GLU, SEL, ROŚ, GOR), Bigos 300g (GLU , SEL, SOJ, GOR), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa szynkowa 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2506.71 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; białko zwierzęce: 51.45 g; Tłuszcz: 65.38 g; Węglowodany ogółem: 421.64 g; Sód: 5063.56 mg; Potas: 7311.68 mg; Magnez: 527.59 mg; Wapń: 743.41 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 860.25 ug; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.84 g; suma cukrów prostych: 126.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-13 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z pietruszką 70g (MLE), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa szynkowa 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2807.26 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; białko zwierzęce: 56.98 g; Tłuszcz: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 460.89 g; Sód: 5982.77 mg; Potas: 7096.62 mg; Magnez: 534.09 mg; Wapń: 753.91 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2304.72 ug; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.43 g; suma cukrów prostych: 136.15 g;		
wtorek 2024-02-13 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z pietruszką 70g (MLE), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Grejfrut 200g,	Zupa z fasolki szparagowej 250ml (MLE, GLU, SEL, ROŚ, GOR), pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa szynkowa 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2633.69 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; białko zwierzęce: 62.19 g; Tłuszcz: 80.98 g; Węglowodany ogółem: 408.33 g; Sód: 6418.07 mg; Potas: 6007.42 mg; Magnez: 474.75 mg; Wapń: 940.88 mg; Żelazo: 12.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2938.19 ug; Błonnik pokarmowy: 33.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.71 g; suma cukrów prostych: 114.64 g;		
środa 2024-02-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (2 listki -ok 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Śledzie w śmietanie 180g (MLE, RYB), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Galaretki 1 szt.,	Jajko 1 szt (JAJ), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2911.12 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; białko zwierzęce: 73.71 g; Tłuszcz: 98.52 g; Węglowodany ogółem: 419.87 g; Sód: 5688.88 mg; Potas: 3451.00 mg; Magnez: 319.56 mg; Wapń: 1118.57 mg; Żelazo: 11.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1111.27 ug; Błonnik pokarmowy: 21.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 124.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-14 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Dżem 50g , Twaróg 50g (MLE), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), ryba gotowana 100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), ziemniaki 200g , szpinak na gęsto 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	twaróg z koperkiem 70g (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2506.13 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; białko zwierzęce: 58.39 g; Tłuszcz: 59.80 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; Sód: 2622.84 mg; Potas: 4001.90 mg; Magnez: 347.34 mg; Wapń: 661.56 mg; Żelazo: 11.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1959.17 ug; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.47 g; suma cukrów prostych: 136.28 g;		
środa 2024-02-14 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Śledzie w śmietanie 180g (MLE, RYB), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Jajko 1 szt (JAJ), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2738.72 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; białko zwierzęce: 80.51 g; Tłuszcz: 102.98 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; Sód: 6088.48 mg; Potas: 3937.20 mg; Magnez: 354.16 mg; Wapń: 1354.97 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1328.27 ug; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 93.68 g;		
czwartek 2024-02-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka Ojca Grzegorza 40g , pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Surówka z kapusty kiszonej 150g , ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3030.88 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; białko zwierzęce: 76.67 g; Tłuszcz: 105.68 g; Węglowodany ogółem: 423.47 g; Sód: 3206.62 mg; Potas: 5788.25 mg; Magnez: 410.00 mg; Wapń: 587.17 mg; Żelazo: 15.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1916.53 ug; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.84 g; suma cukrów prostych: 101.32 g;		
czwartek 2024-02-15 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szyńka Ojca Grzegorza 40g , pomidor 100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 ,	rosół z lanym ciastem 250ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), buraki 150g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLE),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2784.79 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; białko zwierzęce: 77.33 g; Tłuszcz: 106.40 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; Sód: 5332.44 mg; Potas: 4864.48 mg; Magnez: 350.46 mg; Wapń: 598.93 mg; Żelazo: 15.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1418.66 ug; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.02 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.01 g; suma cukrów prostych: 116.89 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-15 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szynka Ojca Grzegorza 40g, pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek do chleba 1szt. (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3426.70 kcal; Białko ogółem: 131.48 g; białko zwierzęce: 76.87 g; Tłuszcz: 142.38 g; Węglowodany ogółem: 439.69 g; Sód: 3350.71 mg; Potas: 6129.00 mg; Magnez: 466.25 mg; Wapń: 810.67 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2265.53 ug; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 53.15 g; suma cukrów prostych: 100.55 g;		
piątek 2024-02-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa 100g, Ser żółty 50g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt.,	Jajko 1 szt (JAJ), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2595.38 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; białko zwierzęce: 65.82 g; Tłuszcz: 104.24 g; Węglowodany ogółem: 340.14 g; Sód: 2101.50 mg; Potas: 4035.71 mg; Magnez: 347.48 mg; Wapń: 1071.67 mg; Żelazo: 12.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1858.77 ug; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.18 g; suma cukrów prostych: 74.99 g;		
piątek 2024-02-16 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), ryba gotowana 100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt.,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), Szynka luksusowa 40g (MLE, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2107.16 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; białko zwierzęce: 55.87 g; Tłuszcz: 65.82 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; Sód: 2648.49 mg; Potas: 4641.66 mg; Magnez: 333.08 mg; Wapń: 662.86 mg; Żelazo: 9.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2545.97 ug; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 52.45 g; suma cukrów prostych: 83.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-16 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa 100g, twaróg z koperkiem 50g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane 200g. , surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2627.08 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; białko zwierzęce: 70.26 g; Tłuszcz: 88.50 g; Węglowodany ogółem: 379.39 g; Sód: 2298.39 mg; Potas: 4777.06 mg; Magnez: 416.59 mg; Wapń: 1017.73 mg; Żelazo: 13.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1953.87 ug; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 93.91 g;</p>		
sobota 2024-02-17 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), potrawka z kurczaka 120g (GLU, SEL), Sałatka wielowarzywna 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2547.50 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; białko zwierzęce: 43.28 g; Tłuszcz: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 451.27 g; Sód: 3805.45 mg; Potas: 5513.39 mg; Magnez: 471.77 mg; Wapń: 445.88 mg; Żelazo: 11.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 700.90 ug; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.26 g; suma cukrów prostych: 124.65 g;</p>		
sobota 2024-02-17 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2524.02 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; białko zwierzęce: 48.49 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 431.73 g; Sód: 3604.19 mg; Potas: 6063.69 mg; Magnez: 473.14 mg; Wapń: 532.38 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2666.30 ug; Błonnik pokarmowy: 36.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.50 g; suma cukrów prostych: 126.51 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-02-17 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), potrawka z kurczaka 120g (GLU, SEL), Sałatka wielowarzywna 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2728.01 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; białko zwierzęce: 51.78 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 470.50 g; Sód: 4247.50 mg; Potas: 6060.05 mg; Magnez: 561.23 mg; Wapń: 766.04 mg; Żelazo: 12.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 763.40 ug; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.87 g; suma cukrów prostych: 138.61 g;		
niedziela 2024-02-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki drobiowe wiedeńskie 100g, Musztarda 20g (GOR), Sałata zielona z rzodkiewką 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2486.63 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; białko zwierzęce: 38.96 g; Tłuszcz: 88.09 g; Węglowodany ogółem: 371.28 g; Sód: 2503.85 mg; Potas: 3846.15 mg; Magnez: 304.43 mg; Wapń: 672.08 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 579.30 ug; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.06 g; suma cukrów prostych: 94.13 g;		
niedziela 2024-02-18 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki drobiowe wiedeńskie 100g, Sałata zielona z pomidorem 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2225.80 kcal; Białko ogółem: 70.96 g; białko zwierzęce: 38.91 g; Tłuszcz: 76.92 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; Sód: 2531.98 mg; Potas: 3884.80 mg; Magnez: 297.18 mg; Wapń: 623.18 mg; Żelazo: 10.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2107.72 ug; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.42 g; suma cukrów prostych: 93.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-18 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki drobiowe wiekańskie 100g, Musztarda 20g (GOR), Sałata zielona z rzodkiewką 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krotoszyńska 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2679.41 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; białko zwierzęce: 45.76 g; Tłuszcz: 96.18 g; Węglowodany ogółem: 395.62 g; Sód: 2672.35 mg; Potas: 4312.48 mg; Magnez: 389.96 mg; Wapń: 935.06 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 629.30 ug; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 104.49 g;		
poniedziałek 2024-02-19 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g, Papryka konserwowa 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 2szt.,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet mielony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z kapusty białej 150g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2998.82 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; białko zwierzęce: 50.67 g; Tłuszcz: 119.55 g; Węglowodany ogółem: 412.71 g; Sód: 4480.06 mg; Potas: 5071.62 mg; Magnez: 382.13 mg; Wapń: 694.07 mg; Żelazo: 13.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1362.93 ug; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.81 g; suma cukrów prostych: 72.93 g;		
poniedziałek 2024-02-19 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Kiwi 2szt.,	rosół z lanym ciastem 250ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Brokuł z wody 120g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLE),	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2717.55 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; białko zwierzęce: 68.59 g; Tłuszcz: 111.59 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; Sód: 5031.01 mg; Potas: 4725.92 mg; Magnez: 325.66 mg; Wapń: 597.80 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1614.01 ug; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.05 g; suma cukrów prostych: 72.29 g;		
poniedziałek 2024-02-19 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g, Papryka konserwowa 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 2szt.,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Sałatka z kapusty białej 150g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany 1szt.,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3394.70 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; białko zwierzęce: 66.34 g; Tłuszcz: 159.81 g; Węglowodany ogółem: 405.70 g; Sód: 6071.50 mg; Potas: 5763.02 mg; Magnez: 442.95 mg; Wapń: 911.13 mg; Żelazo: 14.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1756.09 ug; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.26 g; suma cukrów prostych: 73.51 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), ogórek kiszony 70g , II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2845.49 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; białko zwierzęce: 38.00 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 489.49 g; Sód: 3361.90 mg; Potas: 3822.44 mg; Magnez: 423.57 mg; Wapń: 665.70 mg; Żelazo: 16.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1003.23 ug; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.16 g; suma cukrów prostych: 119.04 g;		
wtorek 2024-02-20 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , pomidor 70g , Herbata 250ml , Wek krojony 50g (GLU), II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2805.56 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; białko zwierzęce: 46.99 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 469.67 g; Sód: 4582.34 mg; Potas: 5059.12 mg; Magnez: 359.71 mg; Wapń: 605.43 mg; Żelazo: 15.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1141.48 ug; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 132.88 g;		
wtorek 2024-02-20 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Grejfrut200g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), ziemniaki 200g , buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2685.66 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; białko zwierzęce: 51.94 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 446.75 g; Sód: 4911.74 mg; Potas: 6302.98 mg; Magnez: 538.71 mg; Wapń: 860.69 mg; Żelazo: 17.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1022.88 ug; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.69 g; suma cukrów prostych: 115.33 g;		
środa 2024-02-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie100g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą150g (GLU, ROŚ), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2566.90 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; białko zwierzęce: 77.97 g; Tłuszcz: 78.90 g; Węglowodany ogółem: 375.74 g; Sód: 3091.19 mg; Potas: 4701.17 mg; Magnez: 369.20 mg; Wapń: 945.17 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1114.09 ug; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.00 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.73 g; suma cukrów prostych: 86.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-21 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), marchewka oprószana 150g (GLU), ziemniaki gotowane 200g., Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2367.62 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; białko zwierzęce: 72.15 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; Sód: 2879.34 mg; Potas: 4649.12 mg; Magnez: 349.88 mg; Wapń: 463.74 mg; Żelazo: 10.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3026.11 ug; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.49 g; suma cukrów prostych: 97.96 g;		
środa 2024-02-21 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU, ROŚ), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2759.68 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; białko zwierzęce: 84.78 g; Tłuszcz: 87.00 g; Węglowodany ogółem: 400.09 g; Sód: 3259.69 mg; Potas: 5167.50 mg; Magnez: 454.73 mg; Wapń: 1208.15 mg; Żelazo: 13.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1164.09 ug; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 96.92 g;		

Dietetyk

.....