

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	26.10.2023			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek kiszony 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek świeży (obrany) 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki owsiane na mleku 200ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Musztarda 10g (1,9,10) Ogórek kiszony 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek (obrany) 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)
II śniadanie			Mandarynka 1szt.	Koktajl bananowy b/cukru 150ml (7)
Obiad	Krem z dyni (z mlekiem kokosowym) 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (7, 9) 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 1szt.	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (7,9) 150g Kompot owocowy 200ml Banan 1szt.	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (warzywa blanszowane) (7,9) 150g Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Kotlet mielony drobiowy (gotowany) (1,3,9) 100g Sos pietruszkowy z cukinią 80ml 100g/80ml Surówka z marchewki i selera (warzywa blanszowane) 150g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenne 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor (bez skóry) 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor 60g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2065 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 65 g W tym nasycone kw. tł.:17,5 Węglowodany: 283 g W tym cukry: 38,1g Sól:4,4g Błonnik:29,4g	Energia: 2062 kcal Białko: 80 g Tłuszcze: 66 g W tym nasycone kw. tł.: 17,5 Węglowodany: 287 g W tym cukry:39,5 g Sól:3,6g Błonnik:26,1g	Energia: 2321 kcal Białko: 91 g Tłuszcze: 85 g W tym nasycone kw. tł.: 18,3 Węglowodany: 298 g W tym cukry:37,4g Sól :4,1g Błonnik:32,2g	Energia: 2125 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 65 g W tym nasycone kw. tł.:17,2 Węglowodany: 298 g W tym cukry: 45,4g Sól:3,8g Błonnik:24,0 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie

Oddziały ZOL

Posiłek	Czwartek			
	26.10.2023			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek kiszony 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek świeży (obrany) 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki owsiane na mleku 200ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Musztarda 10g (1,9,10) Ogórek kiszony 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Płatki jaglane na mleku 200ml (7) Pieczywo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Serdelek drobiowy 70g (6) Ketchup 10g (1,9) Ogórek (obrany) 60g Kawa zbożowa 250ml (1,7)
II śniadanie	Koktajl bananowy b/cukru 150ml (7)	Koktajl bananowy b/cukru 150ml (7)	Mandarynka 1szt.	Koktajl bananowy b/cukru 150ml (7)
Obiad	Krem z dyni (z mlekiem kokosowym) 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (7,9) 150g Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (7,9) 150g Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Kotlet mielony z mięsa drobiowego i kalafiora (gotowany) 100g (1,3,9) Sos pietruszkowy z cukinią 80ml Surówka z selera i marchewki (warzywa blanszowane) (7,9) 150g Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Kotlet mielony drobiowy (gotowany) (1,3,9) 100g Sos pietruszkowy z cukinią 80ml 100g/80ml Surówka z marchewki i selera (warzywa blanszowane) 150g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenne 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g (1) Miks tłuszczowy 63% 5g (7) Twarożek 20g (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor (bez skóry) 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor 60g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2215 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 75 g W tym nasycone kw. tł.:17,5 Węglowodany: 298 g W tym cukry: 44,6g Sól:4,4g Błonnik:30,8g	Energia: 2197 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 73 g W tym nasycone kw. tł.:17,5 Węglowodany: 298 g W tym cukry: 40,5g Sól:3,6g Błonnik:26,9g	Energia: 2321 kcal Białko: 91 g Tłuszcze: 85 g W tym nasycone kw. tł.: 18,3 Węglowodany: 298 g W tym cukry:37,4g Sól :4,1g Błonnik:32,2g	Energia: 2125 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 65 g W tym nasycone kw. tł.:17,2 Węglowodany: 298 g W tym cukry: 45,4g Sól:3,8g Błonnik:24,1g