

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek			
	27.10.2023			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	<b>Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z jaj 50g (3,10)</b> <b>Serek kanapkowy 50g (6,7)</b> Ogórek świeży 30g Sałata 30g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z jaj na jogurcie 50g (3,7)</b> <b>Serek kanapkowy 50g (6,7)</b> Ogórek świeży 30g Sałata 30g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z jaj na jogurcie 50g (3,7)</b> <b>Serek kanapkowy 50g (6,7)</b> Ogórek świeży 30g Sałata 30g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z białka jaja 70g (3)</b> <b>Serek kanapkowy 50g (6,7)</b> Sałata 30g Ogórek świeży 30g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>
II śniadanie			Sok warzywny min 250ml	Mus owocowy 100g (truskawka, banan)
Obiad	<b>Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Filet z ryby pieczony (4) 100g</b> <b>Sos pomidorowy z oregano (1,7) 80ml</b> <b>Bukiet warzyw gotowanych 150g</b> <b>Kompot owocowy 200ml</b>	<b>Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Filet z ryby pieczony (4) 100g</b> <b>Sos pomidorowy z oregano (1,7) 80ml</b> <b>Bukiet warzyw gotowanych 150g</b> <b>Kompot owocowy 200ml</b>	<b>Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9)</b> <b>Puree ziemniaczano – pietruszkowe (7,9) 200g</b> <b>Filet z ryby pieczony (4) 100g</b> <b>Sos pomidorowy z oregano (4,7) 100g/80ml</b> <b>Bukiet warzyw gotowanych 150g</b> <b>Kompot owocowy 200ml</b>	<b>Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Filet rybny pieczony (4) 100g</b> <b>Sos pomidorowy z oregano (4,7) 100g/80ml</b> <b>Bukiet warzyw gotowanych 150g</b> <b>Kompot owocowy 200ml</b>
Podwieczorek	Mandarynka 1szt.	Mus owocowy 100g (truskawka, banan)	Mix sałat z pomidorkami cherry , papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150g	Ryż z jabłkiem i cynamonem (7) 150g
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 120 g (1)</b> <b>Miks tłuszczowy 63% 15g (7)</b> <b>Pasta warzywna z soczewicą (6,7,9) 50g</b> Pomidor 60g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 120 g (1)</b> <b>Miks tłuszczowy 63% 15g (7)</b> <b>Pasta warzywna (7,9) 50g</b> Pomidor 60g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Miks tłuszczowy 63% 15g (7)</b> <b>Pasta warzywna z soczewicą (6,7,9) 50g</b> Pomidor 60g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 120 g (1)</b> <b>Miks tłuszczowy 63% 15g (7)</b> <b>Pasta warzywna z soczewicą (7,9) 50g</b> Pomidor 60g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2091 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 79 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 Węglowodany: 260 g W tym cukry:38,4g Sól: 3,1g Błonnik:33,3g	Energia: 2042 kcal Białko: 80 g Tłuszcze: 66 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 Węglowodany: 282 g W tym cukry:39,5g Sól:2,8g Błonnik:26,7g	Energia: 2215 kcal Białko: 93 g Tłuszcze: 75 g W tym nasycone kw. tł.: 15,9 Węglowodany: 292 g W tym cukry:34,2g Sól :4,3g Błonnik:32,9g	Energia: 2129 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 61 g W tym nasycone kw. tł.:16,2 Węglowodany: 308 g W tym cukry: 43,1g Sól:3,8g Błonnik:28,1g

Dietetyk

Kierownik działu żywienia

.....

.....

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie

### Oddziały ZOL

Posiłek	Piątek			
	27.10.2023			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczycwo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Serek kanapkowy 50g (6,7) Ogórek świeży 30g Sałata 30g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczycwo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z jaj na jogurcie 50g (3,7) Serek kanapkowy 50g (6,7) Ogórek świeży 30g Sałata 30g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczycwo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z jaj na jogurcie 50g (3,7) Serek kanapkowy 50g (6,7) Ogórek świeży 30g Sałata 30g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczycwo pszenne 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z białka jaja 70g (3) Serek kanapkowy 50g (6,7) Sałata 30g Ogórek świeży 30g Kawa zbożowa 250ml (1,7)
II śniadanie	Mandarynka 1szt.	Mus owocowy 100g (truskawka, banan)	Sok warzywny min 250ml	Mus owocowy 80g
Obiad	Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Filet z ryby pieczony (4) 100g Sos pomidorowy z oregano (1,7) 80ml Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Filet z ryby pieczony (4) 100g Sos pomidorowy z oregano (1,7) 80ml Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9) Puree ziemniaczano – pietruszkowe (7,9) 200g Filet z ryby pieczony (4) 100g Sos pomidorowy z oregano (4,7) 100g/80ml Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Filet rybny pieczony (4) 100g Sos pomidorowy z oregano (4,7) 100g/80ml Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Ryż z jabłkiem z cynamonem(7) 150g	Ryż z jabłkiem i cynamonem (7) 150g	Mix sałat z pomidorkami cherry , papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150g	Ryż z jabłkiem i cynamonem (7) 150g
Kolacja	Pieczycwo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Pasta warzywna z soczewicą (6,7,9) 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Pasta warzywna (7,9) 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenno-żytnie 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Pasta warzywna z soczewicą (6,7,9) 50g Pomidor 60g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenne 120 g (1) Miks tłuszczowy 63% 15g (7) Pasta warzywna z soczewicą (7,9) 50g Pomidor 60g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2195 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 79 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 Węglowodany: 286 g W tym cukry:43g Sól: 3,1g Błonnik:32,4g	Energia: 2146 kcal Białko: 80 g Tłuszcze: 66 g W tym nasycone kw. tł.: 16,5 Węglowodany: 308 g W tym cukry:43,1g Sól:2,8g Błonnik:31,3g	Energia: 2215 kcal Białko: 93 g Tłuszcze: 75 g W tym nasycone kw. tł.: 15,9 Węglowodany: 292 g W tym cukry:34,2g Sól :4,3g Błonnik:32,9g	Energia: 2129 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 61 g W tym nasycone kw. tł.:16,1 Węglowodany: 308 g W tym cukry: 43,1g Sól:3,8g Błonnik:28,1g

Dietetyk

Kierownik działu żywienia