

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Poniedziałek			
	08.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Twarożek 70 g (7) Papryka 70g Herbata czarna 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Twarożek 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata czarna 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Twarożek 70 g (7) Papryka 70g Herbata czarna 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Twarożek 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata czarna 250 ml
II śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)
Obiad	Barszcz czerwony 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Potrawka drobiowa z cukinią i kolendrą w sosie orientalnym 200g (1,7,9) Dynia parowana z kolendrą 150 g (1,7) Kompot owocowy 200ml	Barszcz czerwony 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Potrawka drobiowa z cukinią i kolendrą w sosie orientalnym 200g (1,7,9) Dynia parowana z kolendrą 150 g (1,7) Kompot owocowy 200ml	Barszcz czerwony 350ml (1,7,9) Ryż brązowy 200g Potrawka drobiowa z cukinią i kolendrą w sosie orientalnym 200g (1,7,9) Dynia parowana z kolendrą 150 g (1,7) Kompot owocowy 200ml	Barszcz czerwony 350ml (1,7,9) Ryż biały 200g Potrawka drobiowa z cukinią i kolendrą w sosie orientalnym 200g (1,7,9) Dynia parowana z kolendrą 150 g (1,7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Sałata, liść 5g	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Sałata, liść	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Sałata, liść	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Sałata, liść
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g Pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 60g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g Pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 60g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2072 kcal Białko: 95,85g Tłuszcze: 55,99g W tym nasycone kw. tł.: 20,78g Węglowodany: 303,66g W tym cukry: 48,9g Sól: 4,61g Błonnik: 31,82g	Energia: 2149 kcal Białko: 96,12g Tłuszcze: 58,83g W tym nasycone kw. tł.: 23,54g Węglowodany: 319,67g W tym cukry: 51,94g Sól: 4,48g Błonnik: 20,83g	Energia: 2087kcal Białko: 96,98g Tłuszcze: 55,26g W tym nasycone kw. tł.: 19,84g Węglowodany: 303,95g W tym cukry: 46,78g Sól: 4,59g Błonnik: 32,01g	Energia: 2088 kcal Białko: 96,20g Tłuszcze: 52,31g W tym nasycone kw. tł.: 19,44g Węglowodany: 319,52g W tym cukry: 51,82g Sól: 4,48g Błonnik: 20,83g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Wtorek			
	09.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Ser żółty 50g (7) Ogórek świeży 60 g, Sałata, liść, 5 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70g (7) Ogórek świeży 60 g, Sałata, liść, 5 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70g (7) Ogórek świeży 60 g, Sałata, liść, 5 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70g (7) Ogórek świeży 60 g, Sałata, liść, 5 g Kawa zbożowa 250ml (7)
II śniadanie	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Kiwi 1szt.	Banan 1szt.
Obiad	Ryżanka z włoszczyzną (1,7,9) 350ml Ziemniaki 200g Bitki z indyka parowane 100 g (1,7,9) Sos koperkowy 100ml (1,7,9) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 200ml	Ryżanka z włoszczyzną (1,7,9) 350ml Ziemniaki 200g Bitki z indyka parowane 100 g (1,7,9) Sos koperkowy 100ml (1,7,9) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 200ml	Ryżanka z włoszczyzną (1,7,9) 350ml Ziemniaki 200g Bitki z indyka parowane 100 g (1,7,9) Sos koperkowy 100ml (1,7,9) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 200ml	Ryżanka z włoszczyzną (1,7,9) 350ml Ziemniaki 200g Bitki z indyka parowane 100 g (1,7,9) Sos koperkowy 100ml (1,7,9) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2048 kcal Białko: 95,45g Tłuszcze: 61,94g W tym nasycone kw. tł.: 22,44g Węglowodany: 285,78g W tym cukry: 48,85g Sól: 4,93g Błonnik: 29,86g	Energia: 2141 kcal Białko: 95,32g Tłuszcze: 67,67g W tym nasycone kw. tł.: 21,80g Węglowodany: 300,40g W tym cukry: 50,47g Sól: 4,95g Błonnik: 26,08g	Energia: 2022 kcal Białko: 93,01g Tłuszcze: 63,89g W tym nasycone kw. tł.: 21,92g Węglowodany: 266,33g W tym cukry: 39,2g Sól: 4,64g Błonnik: 31,92g	Energia: 2095 kcal Białko: 95,88g Tłuszcze: 60,78g W tym nasycone kw. tł.: 20,73g Węglowodany: 304,29g W tym cukry: 50,38g Sól: 4,95g Błonnik: 26,08g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Środa			
	10.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g Rzodkiewka 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g Rzodkiewka 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml
Obiad	Krem z białych warzyw 350ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet mielony drobiowy panierowany pieczony 100 g (1,3,7) Sos szpinakowo-śmietankowy 100 ml (1,7) Surówka z selera 150 g (3,7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z białych warzyw 350ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet mielony drobiowy parowany 100 g (1,3,7) Sos szpinakowo-śmietankowy 100 ml (1,7) Surówka z selera parzonego 150 g (3,7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z białych warzyw 350ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet mielony drobiowy parowany 100 g (1,3,7) Sos szpinakowo-śmietankowy 100 ml (1,7) Surówka z selera 150 g (3,7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z białych warzyw 350ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet mielony drobiowy parowany 100 g (1,3,7) Sos szpinakowo-śmietankowy 100 ml (1,7) Surówka z selera parzonego 150 g (3,7,9) Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	Mix sałat z suszonymi pomidorami, papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150 g Sos vinegret żurawinowy 30 ml	Mix sałat z pomidorami bez skóry, i kawałkami kurczaka pieczonego 150 g (7) Sos jogurtowo-ziolowy 80 ml (7)	Mix sałat z pomidorami, papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150 g Sos vinegret 30 ml	Mix sałat z pomidorami bez skóry, i kawałkami kurczaka pieczonego 150 g (7) Sos jogurtowo-ziolowy 80 ml (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta z kurczaka 70 g (3,7) Papryka 70 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta z kurczaka 70 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta z kurczaka 70 g (3,7) Papryka 70 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta z kurczaka 70 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
Wartość odżywcza	Energia: 2099 kcal Białko: 98,31 g Tłuszcze: 70,85g W tym nasycone kw. tł.: 18,63g Węglowodany: 277,83g W tym cukry: 36,72g Sól: 4,43g Błonnik: 32,92g	Energia: 2121kcal Białko: 100,95g Tłuszcze: 73,16g W tym nasycone kw. tł.: 21,64g Węglowodany: 278,81g W tym cukry: 39,67g Sól: 4,81g Błonnik: 30,90g	Energia: 2063kcal Białko: 97,74g Tłuszcze: 70,43g W tym nasycone kw. tł.: 19,20g Węglowodany: 265,28g W tym cukry: 34,57g Sól: 4,43g Błonnik: 33,28g	Energia: 2075kcal Białko: 101,01g Tłuszcze: 69,27g W tym nasycone kw. tł.: 18,57g Węglowodany: 276,45g W tym cukry: 39,58g Sól: 4,81g Błonnik: 30,90g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Czwartek			
	11.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta jajeczna 50 g (7) Ogórek 60g Sałata 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 50 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Sałata 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta jajeczna 50 g (7) Ogórek 60g Sałata 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 50 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Sałata 5g Kawa zbożowa 250ml (7)
II śniadanie	Mandarynka 1szt.	Mandarynka 1szt.	Mandarynka 1szt.	Mandarynka 1szt.
Obiad	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Sos bolognese z mięsem z piersi kurczaka gotowanym 200 g (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty 200 g (1) Mix sałat z pomidorami, ogórkiem, papryką i sosem vinegret 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Sos bolognese z mięsem z piersi kurczaka gotowanym 200 g (1,7,9) Makaron pszenny 200 g (1) Mix sałat z pomidorami bez skóry i sosem jogurtowo-ziółowym 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Sos bolognese z mięsem z piersi kurczaka gotowanym 200 g (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty 200 g (1) Mix sałat z pomidorami, ogórkiem, papryką i sosem vinegret 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Sos bolognese z mięsem z piersi kurczaka gotowanym 200 g (1,7,9) Makaron pszenny 200 g (1) Mix sałat z pomidorami bez skóry i sosem jogurtowo-ziółowym 150 g (7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło 5 g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło 5 g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30 g (1) Masło roślinne 5 g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5 g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata, liść, 5 g
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasztet drobiowo - warzywny 70g (1,3,6,9) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasztet drobiowo - warzywny 70g (1,3,6,9) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasztet drobiowo - warzywny 70g (1,3,6,9) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasztet drobiowo - warzywny 70g (1,3,6,9) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2157 kcal Białko: 96,90g Tłuszcze: 74,95g W tym nasycone kw. tł.: 19,50g Węglowodany: 278,81g W tym cukry: 45,88g Sól: 4,20g Błonnik: 32,21g	Energia: 2129kcal Białko: 97,64g Tłuszcze: 66,13g W tym nasycone kw. tł.: 22,59g Węglowodany: 297,63g W tym cukry: 46,09g Sól: 4,13g Błonnik: 25,72g	Energia: 2172kcal Białko: 98,03g Tłuszcze: 74,22g W tym nasycone kw. tł.: 17,56g Węglowodany: 279,10g W tym cukry: 44,76g Sól: 4,18g Błonnik: 33,46g	Energia: 2095kcal Białko: 97,72g Tłuszcze: 62,61g W tym nasycone kw. tł.: 17,49g Węglowodany: 297,48g W tym cukry: 45,97g Sól: 4,13g Błonnik: 25,72g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Piątek			
	12.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z czerwonej soczewicy i warzyw 70g (6,7) Pomidor 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta warzywna 70g (7) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Pasta z czerwonej soczewicy i warzyw 70g (6,7) Pomidor 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta warzywna 70g (7) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250ml
II śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (1,7) 200ml	Płatki jęczmienne na mleku (1,7) 200ml	Płatki jęczmienne na mleku (1,7) 200ml	Płatki jęczmienne na mleku (1,7) 200ml
Obiad	Krem pomidorowy (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200g Filet z dorsza gotowany w ziołach 100g (4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7,9) 100ml Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda niegazowana 200ml	Krem pomidorowy (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200g Filet z dorsza gotowany w ziołach 100g(4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7,9) 100ml Surówka z kapusty kiszzonej 150g Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	Krem pomidorowy (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200g Filet z dorsza gotowany w ziołach 100g (4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7,9) 100ml Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda niegazowana 200ml	Krem pomidorowy (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200g Filet z dorsza gotowany w ziołach 100g(4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7,9) 100ml Surówka z kapusty kiszzonej 150g Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło 5 g (7) Wędlina wieprzowa 50 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło 5 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5 g (7) Wędlina wieprzowa 50 g (6) Sałata, liść, 5 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Sałata, liść, 5 g
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7) Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7) Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2166 kcal Białko: 94,82 g Tłuszcze: 73,00g W tym nasycone kw. tł.: 21,15g Węglowodany: 290,59g W tym cukry: 41,18g Sól: 4,25g Błonnik: 32,27g	Energia: 2216kcal Białko: 95,98g Tłuszcze: 74,78g W tym nasycone kw. tł.: 23,94g Węglowodany: 301,92g W tym cukry: 41,25g Sól: 4,15g Błonnik: 30,65g	Energia: 2181 kcal Białko: 95,95g Tłuszcze: 73,27g W tym nasycone kw. tł.: 19,21g Węglowodany: 288,63g W tym cukry: 38,06g Sól: 4,23g Błonnik: 33,52g	Energia: 2155kcal Białko: 96,06g Tłuszcze: 71,26g W tym nasycone kw. tł.: 21,84g Węglowodany: 294,77g W tym cukry: 41,13g Sól: 4,15g Błonnik: 30,65g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Sobota			
	13.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy naturalny (7) 70g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Ogórek 60g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy naturalny (7) 70g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy naturalny (7) 70g Wędlina wieprzowa 30 g Ogórek 60g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy naturalny (7) 70g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml
Obiad	Krem z zielonych warzyw 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Roladka drobiowa panierowana pieczona 100 g (1,3,7) Sos jasny (1,7,9) 100ml Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Roladka drobiowa parowana 100 g (1,3,7) Sos jasny (1,7,9) 100ml Marchew gotowana 150 g (7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Roladka drobiowa parowana 100 g (1,3,7) Sos jasny (1,7,9) 100ml Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Woda niegazowana 200ml	Krem z zielonych warzyw 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Roladka drobiowa parowana 100 g (1,3,7) Sos jasny (1,7,9) 100ml Marchew gotowana 150 g (7,9) Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 90 g(1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2101 kcal Białko: 93,58g Tłuszcze: 63,37g W tym nasycone kw. tł.: 22,74g Węglowodany: 297,03g W tym cukry: 50,38g Sól: 4,95g Błonnik: 32,19g	Energia: 2141kcal Białko: 94,40g Tłuszcze: 66,51g W tym nasycone kw. tł.: 24,30g Węglowodany: 303,94g W tym cukry: 51,95g Sól: 4,73g Błonnik: 29,85g	Energia: 2054kcal Białko: 96,83g Tłuszcze: 64,44g W tym nasycone kw. tł.: 21,26g Węglowodany: 275,60g W tym cukry: 43,22g Sól: 4,48g Błonnik: 33,14g	Energia: 2104kcal Białko: 94,61g Tłuszcze: 61,75g W tym nasycone kw. tł.: 21,26g Węglowodany: 305,83g W tym cukry: 51,91g Sól: 4,75g Błonnik: 29,85g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Niedziela			
	14.01.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Wędlina wieprzowa 50 g (6) Papryka 70 g Kakao 250 ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250 ml (7)	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Wędlina wieprzowa 50 g (6) Papryka 70 g Kakao (bez cukru) 250 ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50g Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250 ml (7)
II śniadanie	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.	Kiwi 1szt.	Banan 1szt.
Obiad	Zupa kalafiorowo-marchewkowa 350 ml (1,7,9) Kasza gryczana biała 200 g Kotlet wieprzowy parowany 100 g (1,3) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa kalafiorowo-marchewkowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g Kotlet wieprzowy parowany 100 g (1,3) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa kalafiorowo-marchewkowa 350 ml (1,7,9) Kasza gryczana biała 200 g Kotlet wieprzowy parowany 100 g (1,3) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa kalafiorowo-marchewkowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g Kotlet wieprzowy parowany 100 g (1,3) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło 5g (7) Serek kanapkowy naturalny 50 g (7) Salata, liść 5g	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło 5g (7) Serek kanapkowy naturalny 50 g (7) Salata, liść 5g	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy naturalny 50 g (7) Salata, liść 5g	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy naturalny 50 g (7) Salata, liść 5g
Kolacja	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta rybna 50 g (3,4,7) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta rybna 50 g (3,4,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta rybna 50 g (3,4,7) Ogórek 60g, sałata 5g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta rybna 50 g (3,4,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2230 kcal Białko: 95,95g Tłuszcze: 72,34g W tym nasycone kw. tł.: 23,21g Węglowodany: 297,51g W tym cukry: 49,52g Sól: 4,69g Błonnik: 31,15g	Energia: 2255kcal Białko: 93,37g Tłuszcze: 74,57g W tym nasycone kw. tł.: 23,98g Węglowodany: 311,98g W tym cukry: 50,37g Sól: 4,62g Błonnik: 26,67g	Energia: 2254 kcal Białko: 97,08g Tłuszcze: 72,61g W tym nasycone kw. tł.: 21,27g Węglowodany: 297,80g W tym cukry: 47,4g Sól: 4,67g Błonnik: 33,40g	Energia: 2221kcal Białko: 93,45g Tłuszcze: 71,05g W tym nasycone kw. tł.: 21,88g Węglowodany: 311,83g W tym cukry: 50,25g Sól: 4,62g Błonnik: 26,67g