

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Poniedziałek			
	15.01.2024			
	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>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> <b>Miód pszczele 25 g</b> Rzodkiewka 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> <b>Miód pszczele 25 g</b> Pomidor (bez skóry) 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7)</b> Rzodkiewka 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> Miód pszczele 25 g Pomidor (bez skóry) 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>
II śniadanie	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Obiad	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska (mięso drobiowe) z farszem szpinakowym – parowana 100 g (1,3,9) Sos śmietankowy 100 ml Kalafior gotowany 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska (mięso drobiowe) z farszem szpinakowym – parowana 100 g (1,3,9) Sos śmietankowy 100 ml Kalafior gotowany 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska (mięso drobiowe) z farszem szpinakowym – parowana 100 g (1,3,9) Sos śmietankowy 100 ml Kalafior gotowany 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska (mięso drobiowe) z farszem szpinakowym – parowana 100 g (1,3,9) Sos śmietankowy 100 ml Kalafior gotowany 150 g (7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	<b>Jogurt naturalny 150 g (7)</b>	<b>Jogurt naturalny 150 g (7)</b>	<b>Jogurt naturalny 150 g (7)</b>	<b>Jogurt naturalny 150 g (7)</b>
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Wędlina wieprzowa 50 g (6)</b> Pomidor 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Wędlina wieprzowa 50 g (6)</b> Pomidor 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2027kcal Białko: 97,16g Tłuszcze: 60,78g W tym nasycone kw. tł.: 19,83g Węglowodany: 280,56g W tym cukry: 46,2g Sól: 4,84g Błonnik: 30,86g	Energia: 2095kcal Białko: 98,61g Tłuszcze: 62,99g W tym nasycone kw. tł.: 20,38g Węglowodany: 291,74g W tym cukry: 46,35g Sól: 4,73g Błonnik: 27,38g	Energia: 2020 kcal Białko: 97,02g Tłuszcze: 61,66g W tym nasycone kw. tł.: 19,73g Węglowodany: 277,25g W tym cukry: 42,23g Sól: 4,70g Błonnik: 32,30g	Energia: 2049kcal Białko: 100,67 g Tłuszcze: 59,10g W tym nasycone kw. tł.: 17,31g Węglowodany: 289,63g W tym cukry: 46,26g Sól: 4,73g Błonnik: 27,38g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Wtorek			
	16.01.2024			
	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>Twarożek 70 g (7)</b> Ogórek świeży 60g <b>Herbata czarna 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Twarożek 70 g (7)</b> <b>Pomidor (bez skóry) 80g</b> <b>Herbata czarna 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Twarożek 70 g (7)</b> Ogórek świeży 60g <b>Herbata czarna 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Twarożek 70 g (7)</b> Pomidor (bez skóry) 80g <b>Herbata czarna 250 ml</b>
II śniadanie	<b>Banan 1szt.</b>	<b>Banan 1szt.</b>	<b>Kiwi 1szt.</b>	<b>Banan 1szt.</b>
Obiad	<b>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 350 ml (1,7,9)</b> <b>Kasza gryczana biała 200 g</b> <b>Kotlety z mięsa drobiowego i kalafiora - parowane 100g (1,3)</b> <b>Sos jasny 100 ml (1,7,9)</b> <b>Surówka z selera i marchewki 150 g (7,9)</b> Kompot owocowy 200ml	<b>Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (1,7,9)</b> <b>Kasza jęczmienna 200 g</b> <b>Kotlety z mięsa drobiowego i kalafiora - parowane 100g (1,3)</b> <b>Sos jasny 100 ml (1,7,9)</b> <b>Marchew gotowana 150 g (7,9)</b> Kompot owocowy 200ml	<b>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 350 ml (1,7,9)</b> <b>Kasza gryczana biała 200 g</b> <b>Kotlety z mięsa drobiowego i kalafiora - parowane 100g (1,3)</b> <b>Sos jasny 100 ml (1,7,9)</b> <b>Surówka z selera i marchewki 150 g (7,9)</b> Kompot owocowy 200ml	<b>Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (1,7,9)</b> <b>Kasza jęczmienna 200 g</b> <b>Kotlety z mięsa drobiowego i kalafiora - parowane 100g (1,3)</b> <b>Sos jasny 100 ml (1,7,9)</b> <b>Marchew gotowana 150 g (7,9)</b> Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło 5g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b> <b>Salata, liść 5g</b>	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło 5g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b> <b>Salata, liść 5g</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b> <b>Salata, liść 5g</b>	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b> <b>Salata, liść 5g</b>
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasztet drobiowo-warzywny 70 g (1,3,6,9)</b> Papryka 70g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasztet drobiowo-warzywny 70 g (1,3,6,9)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasztet drobiowo-warzywny 70 g (1,3,6,9)</b> Papryka 70g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g</b> <b>Pasztet drobiowo-warzywny 70 g (1,3,6,9)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2179kcal Białko: 95,20g Tłuszcze: 57,58g W tym nasycone kw. tł.: 19,53g Węglowodany: 326,09 g W tym cukry: 52,67g Sól: 4,94g Błonnik: 31,01g	Energia: 2288kcal Białko: 91,31g Tłuszcze: 64,55g W tym nasycone kw. tł.: 21,55g Węglowodany: 351,50g W tym cukry: 55,25g Sól: 4,60g Błonnik: 30,46g	Energia: 2132kcal Białko: 94,24g Tłuszcze: 56,71 g W tym nasycone kw. tł.: 17,55g Węglowodany: 313,01g W tym cukry: 47,19g Sól: 4,79g Błonnik: 32,80 g	Energia: 2227kcal Białko: 91,39g Tłuszcze: 58,03g W tym nasycone kw. tł.: 19,45g Węglowodany: 351,35g W tym cukry: 55,13g Sól: 4,60g Błonnik: 30,46g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Środa			
	17.01.2024			
	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 kurczaka 70g (3,7)</b> Pomidor 80g <b>Herbata rumiankowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z kurczaka 70g (3,7)</b> Pomidor (bez skóry) 80g <b>Herbata rumiankowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z kurczaka 70g (3,7)</b> Pomidor 80g <b>Herbata rumiankowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta z kurczaka 70g (3,7)</b> Pomidor (bez skóry) 80g <b>Herbata rumiankowa 250ml (7)</b>
II śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml</b>	<b>Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml</b>	<b>Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml</b>	<b>Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml</b>
Obiad	<b>Krem z marchewki 350 ml (1,7,9)</b> Ziemniaki gotowane 200 g Schab w ziołach (parowany) 100 g Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	<b>Krem z marchewki 350 ml (1,7,9)</b> Ziemniaki gotowane 200 g Schab w ziołach (parowany) 100 g Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	<b>Krem z marchewki 350 ml (1,7,9)</b> Ziemniaki gotowane 200 g Schab w ziołach (parowany) 100 g Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	<b>Krem z marchewki 350 ml (1,7,9)</b> Ziemniaki gotowane 200 g Schab w ziołach (parowany) 100 g Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło 150 g (7) Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	<b>Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)</b>	<b>Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)</b>	<b>Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)</b>	<b>Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)</b>
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Ser żółty 50 g (7)</b> Ogórek świeży 60 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Ogórek kiszony (bez skóry) 60 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Ogórek świeży 60 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Ogórek kiszony (bez skóry) 60 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2094 kcal Białko: 98,56g Tłuszcze: 68,69g W tym nasycone kw. tł.: 22,35g Węglowodany: 281,37g W tym cukry: 49,37g Sól: 4,38g Błonnik: 31,82g	Energia: 2134kcal Białko: 97,80g Tłuszcze: 70,86g W tym nasycone kw. tł.: 23,65g Węglowodany: 290,14g W tym cukry: 51,62g Sól: 5,07g Błonnik: 29,11g	Energia: 2050kcal Białko: 97,82g Tłuszcze: 67,77g W tym nasycone kw. tł.: 21,35g Węglowodany: 269,47g W tym cukry: 45,18g Sól: 4,55g Błonnik: 33,06g	Energia: 2125kcal Białko: 96,86g Tłuszcze: 66,97g W tym nasycone kw. tł.: 21,58g Węglowodany: 293,03g W tym cukry: 51,53g Sól: 4,97g Błonnik: 29,11g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Czwartek			
	18.01.2024			
	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>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Papryka 70 g <b>Kakao 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Ogórek kiszony (bez skóry) 60 g <b>Kakao 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Papryka 70 g <b>Kakao (bez cukru) 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Ogórek kiszony (bez skóry) 60 g <b>Kakao 250ml (7)</b>
II śniadanie	<b>Banan 1 szt.</b>	<b>Banan 1 szt.</b>	<b>Kiwi 1 szt.</b>	<b>Banan 1 szt.</b>
Obiad	Barszcz ukraiński 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone w marynacie miodowo-ziołowej 1 szt. (min.120g) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński (bez fasoli) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone w marynacie miodowo-ziołowej 1 szt. (min.120g) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Dyńa gotowana 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone w marynacie miodowo-ziołowej 1 szt. (min.120g) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Barszcz ukraiński (bez fasoli) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone w marynacie miodowo-ziołowej 1 szt. (min.120g) Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Dyńa gotowana 150 g (7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	<b>Mix sałat z suszonymi pomidorami, papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150g</b> Sos vinegret 30 ml	<b>Mix sałat z pomidorami bez skóry i kawałkami kurczaka pieczonego 150g</b> <b>Sos jogurtowo-ziołowy 80 ml (7)</b>	<b>Mix sałat z pomidorami , papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150g</b> Sos vinegret 30 ml	<b>Mix sałat z pomidorami bez skóry i kawałkami kurczaka pieczonego 150g</b> <b>Sos jogurtowo-ziołowy 80 ml (7)</b>
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasta rybna 70 g (3,4,7)</b> <b>Pomidor 80 g</b> Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta rybna 70 g (3,4,7)</b> <b>Pomidor (bez skóry) 80 g</b> Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasta rybna 70 g (3,4,7)</b> <b>Pomidor 80 g</b> Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g</b> <b>Pasta rybna 70 g (3,4,7)</b> <b>Pomidor (bez skóry) 80 g</b> Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2254 kcal Białko: 104,28 g Tłuszcze: 70,83g W tym nasycone kw. tł.: 20,37g Węglowodany: 302,7g W tym cukry: 51,89g Sól: 4,64g Błonnik: 30,96g	Energia: 2173kcal Białko: 107,56g Tłuszcze: 66,63g W tym nasycone kw. tł.: 22,64 g Węglowodany: 292,30g W tym cukry: 53,92g Sól: 4,91g Błonnik: 26,55g	Energia: 2163kcal Białko: 100,94 g Tłuszcze: 68,47g W tym nasycone kw. tł.: 19,98 g Węglowodany: 282,69g W tym cukry: 46,21g Sól: 4,82g Błonnik: 32,48g	Energia: 2127kcal Białko: 107,62g Tłuszcze: 61,74g W tym nasycone kw. tł.: 19,57 g Węglowodany: 292,19g W tym cukry: 53,83g Sól: 4,72g Błonnik: 26,55g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Piątek			
	19.01.2024			
	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 jajeczna 70 g (3,7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor 80g <b>Herbata ziołowa (melisowa) 250ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta jajeczna 70 g (3,7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor (bez skóry) 80g <b>Herbata ziołowa (melisowa) 250ml</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta jajeczna 70 g (3,7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor 80g <b>Herbata ziołowa (melisowa) 250ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta jajeczna na jogurcie 70 g (3,7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor (bez skóry) 80g <b>Herbata ziołowa (melisowa) 250ml</b>
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	<b>Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Pulpeciki rybne 100 g (1,3,4)</b> <b>Sos koperkowo-cytrynowy 100 ml (1,7,9)</b> <b>Surówka z kapusty kiszonej 150 g</b> Woda niegazowana 200ml	<b>Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Pulpeciki rybne 100 g (1,3,4)</b> <b>Sos koperkowo-cytrynowy 100 ml (1,7,9)</b> <b>Brokuł gotowany 150 g</b> Woda niegazowana 200ml	<b>Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Pulpeciki rybne 100 g (1,3,4)</b> <b>Sos koperkowo-cytrynowy 100 ml (1,7,9)</b> <b>Surówka z kapusty kiszonej 150 g</b> Woda niegazowana 200ml	<b>Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9)</b> <b>Ziemniaki 200g</b> <b>Pulpeciki rybne 100 g (1,3,4)</b> <b>Sos koperkowo-cytrynowy 100 ml (1,7,9)</b> <b>Brokuł gotowany 150 g</b> Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło 5 g (7)</b> Ser żółty 30 g (7) Sałata, liść, 5 g	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło 5 g (7)</b> Serek kanapkowy, naturalny 50 g (7) Sałata, liść, 5 g	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5 g (7)</b> Ser żółty 30 g (7) Sałata, liść, 5 g	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5 g (7)</b> Serek kanapkowy, naturalny 50 g (7) Sałata, liść, 5 g
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50 g (6)</b> Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2101 kcal Białko: 95,67 g Tłuszcze: 69,75g W tym nasycone kw. tł.: 21,81g Węglowodany: 281,34g W tym cukry: 51,16g Sól: 4,30g Błonnik: 32,11g	Energia: 2160kcal Białko: 96,97g Tłuszcze: 72,98g W tym nasycone kw. tł.: 22,43g Węglowodany: 297,17g W tym cukry: 52,4g Sól: 4,76g Błonnik: 28,63g	Energia: 2105 kcal Białko: 95,74g Tłuszcze: 69,98g W tym nasycone kw. tł.: 20,98g Węglowodany: 278,37g W tym cukry: 45,83g Sól: 4,77g Błonnik: 33,59g	Energia: 2142kcal Białko: 96,36g Tłuszcze: 68,70g W tym nasycone kw. tł.: 20,33g Węglowodany: 300,09g W tym cukry: 52,28g Sól: 4,82g Błonnik: 28,38g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Sobota			
	20.01.2024			
	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>Wędlina wieprzowa 50g (6)</b> Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Ogórek 60g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Pomidor (bez skóry) 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina wieprzowa 50g (6)</b> Serek kanapkowy naturalny 30 g Ogórek 60g <b>Kawa zbożowa 250ml (1,7)</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Wędlina drobiowa 50g (6)</b> Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30 g Pomidor (bez skóry) 80g <b>Kawa zbożowa 250ml (7)</b>
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	Zupa minestrone 350 ml (1,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Kotlet wegetariański z ciecierzycą - pieczony 130g (1,3,6,9) Sos pomidorowy 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Kotlet wegetariański (bez ciecierzycy) - pieczony 130g (1,3,6,9) Sos pomidorowy 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Kotlet wegetariański z ciecierzycą - pieczony 130g (1,3,6,9) Sos pomidorowy 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Kotlet wegetariański (bez ciecierzycy) - pieczony 130g (1,3,6,9) Sos pomidorowy 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	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)
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7)</b> Pomidor 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g(1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7)</b> Pomidor 80g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> <b>Pasta twarogowa z zieloną 70 g (7)</b> Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2064 kcal Białko: 90,11g Tłuszcze: 57,67g W tym nasycone kw. tł.: 21,79 g Węglowodany: 304,07g W tym cukry: 48,81g Sól: 4,30g Błonnik: 31,61g	Energia: 2110kcal Białko: 90,03g Tłuszcze: 61,78g W tym nasycone kw. tł.: 22,94g Węglowodany: 310,04g W tym cukry: 51,02g Sól: 4,85g Błonnik: 28,70g	Energia: 2068 kcal Białko: 90,15g Tłuszcze: 60,21g W tym nasycone kw. tł.: 20,82g Węglowodany: 295,44g W tym cukry: 37,56g Sól: 4,18g Błonnik: 32,50g	Energia: 2064 kcal Białko: 89,09g Tłuszcze: 56,89g W tym nasycone kw. tł.: 21,87g Węglowodany: 310,93g W tym cukry: 50,93g Sól: 4,85g Błonnik: 28,70g

## Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Niedziela			
	21.01.2024			
	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>Ser żółty 50 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g Rzodkiewka 60 g <b>Herbata 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor (bez skóry) 80 g <b>Herbata 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g Rzodkiewka 60 g <b>Herbata 250 ml</b>	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> <b>Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g Pomidor (bez skóry) 80 g <b>Herbata 250 ml</b>
II śniadanie	<b>Mandarynka 1szt.</b>	<b>Mandarynka 1szt.</b>	<b>Mandarynka 1szt.</b>	<b>Mandarynka 1szt.</b>
Obiad	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Filet drobiowy panierowany pieczony 100 g (1,3,7) Sos orientalny 100 ml (1,7) Surówka z selera 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Filet drobiowy (bez panierki) pieczony 100 g (1,3,7) Sos orientalny 100 ml (1,7) Surówka z selera parzonego 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Filet drobiowy panierowany pieczony 100 g (1,3,7) Sos orientalny 100 ml (1,7) Surówka z selera 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Krem z dyni 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Filet drobiowy (bez panierki) pieczony 100 g (1,3,7) Sos orientalny 100 ml (1,7) Surówka z selera parzonego 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło 5 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b>	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło 5 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b>	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b>	<b>Pieczywo pszenne 45 g (1)</b> <b>Masło roślinne 5 g (7)</b> Sałata, liść, 5 g <b>Wędlina drobiowa 30 g (6)</b>
Kolacja	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> Pasta z indyka 50 g (3,7) Pomidor 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło 15g (7)</b> Pasta z indyka 50 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g (7)</b> Pasta z indyka 50 g (3,7) Pomidor 80 g Herbata 250ml	<b>Pieczywo pszenne 90 g (1)</b> <b>Masło roślinne 15g</b> Pasta z indyka 50 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
Wartość odżywcza	Energia: 2144 kcal Białko: 97,53 g Tłuszcze: 66,35g W tym nasycone kw. tł.: 22,44g Węglowodany: 296,09g W tym cukry: 43,69g Sól: 5,07g Błonnik: 31,89g	Energia: 2177 kcal Białko: 93,67g Tłuszcze: 68,39g W tym nasycone kw. tł.: 23,38g Węglowodany: 309,69g W tym cukry: 45,37g Sól: 4,98g Błonnik: 28,89g	Energia: 2088kcal Białko: 96,34g Tłuszcze: 65,23g W tym nasycone kw. tł.: 21,42g Węglowodany: 281,73g W tym cukry: 38,09g Sól: 4,92g Błonnik: 32,71g	Energia: 2116kcal Białko: 93,75g Tłuszcze: 63,87g W tym nasycone kw. tł.: 23,87g Węglowodany: 304,54g W tym cukry: 45,25g Sól: 4,83g Błonnik: 28,89g