

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Poniedziałek			
	25.03.2024			
	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 70 g Pomidor 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Pasta warzywna 70 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Pasta z czerwonej soczewicy i warzyw 70g Pomidor 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250 ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15 g (7) Pasta warzywna 70 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata ziołowa (melisowa) 250 ml
II śniadanie	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Obiad	Zupa biała (z sokiem z kiszonej kapusty) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet drobiowy parowany 100 g (1,9) Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło (7) 150g Kompot owocowy 200ml	Zupa biała (z sokiem z kiszonej kapusty) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet drobiowy parowany 100 g (1,9) Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło (7) 150g Kompot owocowy 200ml	Zupa biała (z sokiem z kiszonej kapusty) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet drobiowy parowany 100 g (1,9) Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło (7) 150g Kompot owocowy 200ml	Zupa biała (z sokiem z kiszonej kapusty) 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet drobiowy parowany 100 g (1,9) Sos własny 100 ml (1,7,9) Buraczki tarte podane na ciepło (7) 150g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło 5g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata 5g	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło 5g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata 5g	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata 5g	Pieczywo pszenne 45g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30 g (6) Sałata 5g
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Ser żółty 30 g (7) Rzodkiewka 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Rzodkiewka 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Ser żółty 30 g (7) Rzodkiewka 40 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Rzodkiewka 40 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Serek kanapkowy, naturalny 30 g (7) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2060 kcal Białko: 92,84 g Tłuszcze: 62,88 g W tym nasycone kw. tł.: 22,70g Węglowodany: 290,95g W tym cukry: 49,38 g Sól: 4,26g Błonnik: 31,61g	Energia: 1978 kcal Białko: 86,96 g Tłuszcze: 60,14 g W tym nasycone kw. tł.: 22,10g Węglowodany: 287,39g W tym cukry: 50,44g Sól: 4,39g Błonnik: 28,84g	Energia: 2001 kcal Białko: 91,56 g Tłuszcze: 62,16 g W tym nasycone kw. tł.: 20,33 g Węglowodany: 275,00g W tym cukry: 46,05 g Sól: 4,25g Błonnik: 33,05g	Energia: 1971 kcal Białko: 87,11 g Tłuszcze: 58,64 g W tym nasycone kw. tł.: 20,33 g Węglowodany: 289,42 g W tym cukry: 50,35 g Sól: 4,39g Błonnik: 28,84g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Wtorek			
	26.03.2024			
	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) Wędlina wieprzowa 50g (6) Papryka 70 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczycwo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczycwo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g (6) Papryka 70 g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczycwo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Kawa zbożowa 250ml (7)
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	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (1,7,9) Ryż brązowy 200 g Pulpeciki wieprzowe gotowane 100g (1,3,9) Sos orientalny 100 ml (1,7,9) Kalafior gotowany (7) 150g Woda niegazowana 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (1,7,9) Ryż biały 200 g Pulpeciki wieprzowe gotowane 100g (1,3,9) Sos orientalny 100 ml (1,7,9) Kalafior gotowany (7) 150g Woda niegazowana 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (1,7,9) Ryż brązowy 200 g Pulpeciki wieprzowe gotowane 100g (1,3,9) Sos orientalny 100 ml (1,7,9) Kalafior gotowany (7) 150g Woda niegazowana 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem bezjajecznym 350 ml (1,7,9) Ryż biały 200 g Pulpeciki wieprzowe gotowane 100g (1,3,9) Sos orientalny 100 ml (1,7,9) Kalafior gotowany (7) 150g Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	Pieczycwo pszenno-żytnie 60g (1) Masło 5g (7) Pasta jajeczna 30 g (3,7) Sałata, liść	Pieczycwo pszenne 45 g (1) Masło 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 30 g (3,7) Sałata, liść	Pieczycwo pszenno-żytnie 60g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 30 g (3,7) Sałata, liść	Pieczycwo pszenne 45g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 30 g (3,7) Sałata, liść
Kolacja	Pieczycwo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta rybna 30 g (3,4,7) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta rybna 30 g (3,4,7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta rybna 30 g (3,4,7) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczycwo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta rybna 30 g (3,4,7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.
Wartość odżywcza	Energia: 2183 kcal Białko: 101,80g Tłuszcze: 70,62 g W tym nasycone kw. tł.: 23,20g Węglowodany: 293,29 g W tym cukry: 33,76 g Sól: 4,69g Błonnik: 32,11g	Energia: 2092 kcal Białko: 102,50 g Tłuszcze: 63,71g W tym nasycone kw. tł.: 21,91 g Węglowodany: 291,20 g W tym cukry: 33,24 g Sól: 4,70g Błonnik: 27,80 g	Energia: 2037 kcal Białko: 100,64g Tłuszcze: 60,21 g W tym nasycone kw. tł.: 16,47 g Węglowodany: 277,52g W tym cukry: 33,62 g Sól: 4,67g Błonnik: 33,55g	Energia: 2031 kcal Białko: 102,58 g Tłuszcze: 57,19g W tym nasycone kw. tł.: 15,81 g Węglowodany: 291,05 g W tym cukry: 33,12 g Sól: 4,70 Błonnik: 27,80 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Środa			
	27.03.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczyczo pszenno – żytnie 120 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Ogórek świeży 60g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczyczo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczyczo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Ogórek świeży 60g Herbata rumiankowa 250ml (7)	Pieczyczo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50 g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata rumiankowa 250ml (7)
II śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Kiwi 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krem z marchewki 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym 200 g (1,7,9) Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Zupa krem z marchewki 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym 200 g (1,7,9) Seler gotowany 150 g (9) Kompot owocowy 200ml	Zupa krem z marchewki 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym 200 g (1,7,9) Surówka wielowarzywna 150 g (7,9) Kompot owocowy 200ml	Zupa krem z marchewki 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200 g (1) Gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym 200 g (1,7,9) Seler gotowany 150 g (9) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)
Kolacja	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Papryka 40 g Herbata 250ml	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Ogórek kiszony (bez skóry) 30 g Herbata 250ml	Pieczyczo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Papryka 40 g Herbata 250ml	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Ogórek kiszony (bez skóry) 30 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Papryka 40 g	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Ogórek kiszony (bez skóry) 30 g	Pieczyczo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Papryka 40 g	Pieczyczo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta z indyka 40g (3,7) Sałata, liść 5 g Ogórek kiszony (bez skóry) 30 g
Wartość odżywcza	Energia: 2119 kcal Białko: 92,23 g Tłuszcze: 63,51 g W tym nasycone kw. tł.: 17,95 g Węglowodany: 304,84 g W tym cukry: 52,21 g Sól: 4,56 g Błonnik: 32,87 g	Energia: 2026 kcal Białko: 91,50g Tłuszcze: 54,72g W tym nasycone kw. tł.: 17,34g Węglowodany: 306,71g W tym cukry: 52,63g Sól: 4,49g Błonnik: 30,25g	Energia: 1973 kcal Białko: 91,77 g Tłuszcze: 60,03 g W tym nasycone kw. tł.: 12,31 g Węglowodany: 272,45 g W tym cukry: 48,39 g Sól: 4,65g Błonnik: 33,74 g	Energia: 1988 kcal Białko: 91,60 g Tłuszcze: 50,67 g W tym nasycone kw. tł.: 12,27g Węglowodany: 306,69 g W tym cukry: 52,54 g Sól: 4,53 g Błonnik: 28,70 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Czwartek			
	28.03.2024			
	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) Ogórek świeży 60 g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Twarożek 70 g (7) Ogórek kiszony (bez skóry) 60g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Twarożek 70 g (7) Ogórek świeży 60 g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Twarożek 70 g (7) Ogórek kiszony (bez skóry) 60g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 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	Rosół z makaronem 350 ml (1,9) Ziemniaki 200g Sos własny (1,7) 100ml Kotlet schabowy panierowany pieczony 100 g (1,3,7) Brokuł gotowany 150g Woda niegazowana 200ml	Rosół z makaronem 350 ml (1,9) Ziemniaki 200g Sos własny (1,7) 100ml Kotlet schabowy (bez panierki) pieczony 100 g (1,3,7) Brokuł gotowany 150g Woda niegazowana 200ml	Rosół z makaronem razowym 350 ml (1,9) Ziemniaki 200g Sos własny (1,7) 100ml Kotlet schabowy (bez panierki) pieczony 100 g (1,3,7) Brokuł gotowany 150g Woda niegazowana 200ml	Rosół z makaronem bezjajecznym 350 ml (1,9) Ziemniaki 200g Sos własny (1,7) 100ml Kotlet schabowy (bez panierki) pieczony 100 g (1,3,7) Brokuł gotowany 150g Woda niegazowana 200ml
Podwieczorek	Mix sałat z suszonymi pomidorami, papryką, nasionami słonecznika i kawałkami kurczaka pieczonego 150g Sos vinegret 30 ml	Mix sałat z pomidorami bez skóry i kawałkami kurczaka pieczonego 150g 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 150g Sos jogurtowo-ziolowy 80 ml (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Wędlina drobiowa 30g (6) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Wafle ryżowe 3 szt.	Wafle ryżowe 3 szt.	Wafle ryżowe 3 szt.	Wafle ryżowe 3 szt.
Wartość odżywcza	Energia: 2093 kcal Białko: 100,63 g Tłuszcze: 57,90 g W tym nasycone kw. tł.: 18,64 g Węglowodany: 304,55 g W tym cukry: 37,04 g Sól: 4,99 g Błonnik: 30,92g	Energia: 2010 kcal Białko: 103,85 g Tłuszcze: 50,78 g W tym nasycone kw. tł.: 18,45g Węglowodany: 297,77g W tym cukry: 38,65g Sól: 4,76g Błonnik: 26,69g	Energia: 2003 kcal Białko: 101,07 g Tłuszcze: 51,02 g W tym nasycone kw. tł.: 12,27g Węglowodany: 292,31 g W tym cukry: 37,35g Sól: 5,02g Błonnik: 31,31 g	Energia: 2009 kcal Białko: 103,91 g Tłuszcze: 50,89 g W tym nasycone kw. tł.: 12,72g Węglowodany: 297,66g W tym cukry: 38,56 g Sól: 4,76 g Błonnik: 26,69 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Piątek			
	29.03.2024			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Ser żółty 50 g (7) Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7) Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Serek kanapkowy, naturalny 70 g (7) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Kiwi 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa minestrone 350 ml (1, 9) Ziemniaki 200g Filet z dorsza panierowany 100 g (1,3,4,7) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7) 100ml Surówka z kiszanej kapusty 150 g Kompot owocowy 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1, 9) Ziemniaki 200g Filet z dorsza parowany 100 g (4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7) 100ml Surówka z marchewki blanszowanej 150 g Kompot owocowy 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1, 9) Ziemniaki 200g Filet z dorsza parowany 100 g (4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7) 100ml Surówka z kiszanej kapusty 150 g Kompot owocowy 200ml	Zupa minestrone 350 ml (1, 9) Ziemniaki 200g Filet z dorsza parowany 100 g (4) Sos koperkowo – cytrynowy (1,7) 100ml Surówka z marchewki blanszowanej 150 g Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)	Jogurt naturalny 1 szt. 150 g (7)	Jogurt owocowy 1 szt. 150 g (7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna 40 g (3,7) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna 40 g (3,7) Pomidor 40 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor 40 g	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta jajeczna na jogurcie 40 g (3,7) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2068 kcal Białko: 87,85 g Tłuszcze: 68,68 g W tym nasycone kw. tł.: 21,03 g Węglowodany: 280,58 g W tym cukry: 50,86g Sól: 4,60g Błonnik: 30,06g	Energia: 1996 kcal Białko: 81,25g Tłuszcze: 62,34 g W tym nasycone kw. tł.: 21,73g Węglowodany: 288,27 g W tym cukry: 50,78g Sól: 4,69g Błonnik: 24,34g	Energia: 1974 kcal Białko: 89,25 g Tłuszcze: 65,40g W tym nasycone kw. tł.: 18,44 g Węglowodany: 258,97 g W tym cukry: 48,13g Sól: 4,65 g Błonnik: 31,12 g	Energia: 1973 kcal Białko: 81,31 g Tłuszcze: 59,95 g W tym nasycone kw. tł.: 17,83g Węglowodany: 288,16g W tym cukry: 50,69 g Sól: 4,69g Błonnik: 24,34 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Sobota			
	30.03.2024			
	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 50g (6) Ogórek 60g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina wieprzowa 50g (6) Ogórek 60g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (1,7)	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Wędlina drobiowa 50g (6) Pomidor (bez skóry) 80 g Sałata, liść 5g Kawa zbożowa 250ml (1,7)
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	Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Skrzydółka drobiowe pieczone 120g Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka z selera 150 g (7,9) Woda niegazowana 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Skrzydółka drobiowe pieczone 120g Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka z selera parzonego 150 g (7,9) Woda niegazowana 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Skrzydółka drobiowe pieczone 120g Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka z selera 150 g (7,9) Woda niegazowana 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Skrzydółka drobiowe pieczone 120g Sos pietruszkowy 100 ml (1,7,9) Surówka z selera parzonego 150 g (7,9) Woda niegazowana 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7) 150g	Jogurt owocowy (7) 150g	Jogurt naturalny (7) 150g	Jogurt owocowy (7) 150g
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta twarogowa z zieleciną 40 g (7) Papryka 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta twarogowa z zieleciną 40 g (7) Pomidor (bez skóry) 40g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta twarogowa z zieleciną 40 g (7) Papryka 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Pasta twarogowa z zieleciną 40 g (7) Pomidor (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Gruszka 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Wartość odżywcza	Energia: 2178 kcal Białko: 95,63 g Tłuszcze: 67,32 g W tym nasycone kw. tł.: 21,28g Węglowodany: 309,54 g W tym cukry: 39,10 g Sól: 5,05 g Błonnik: 32,05 g	Energia: 2161 kcal Białko: 96,93 g Tłuszcze: 67,19 g W tym nasycone kw. tł.: 20,97g Węglowodany: 308,53 g W tym cukry: 39,53g Sól: 4,98g Błonnik: 30,97 g	Energia: 2082 kcal Białko: 95,15 g Tłuszcze: 63,66g W tym nasycone kw. tł.: 15,68g Węglowodany: 290,47 g W tym cukry: 36,82 g Sól: 4,93g Błonnik: 33,04g	Energia: 2115kcal Białko: 96,99 g Tłuszcze: 62,30 g W tym nasycone kw. tł.: 14,90g Węglowodany: 308,42 g W tym cukry: 39,44g Sól: 4,98 g Błonnik: 30,97 g

Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Oddział

Posiłek	Niedziela			
	31.03.2024			
	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) Jajka gotowane na twardo z majonezem i szczypiorkiem 2 szt. (3,7) Sałata, liść 5 g Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło 15g (7) Jajka gotowane na twardo z sosem jogurtowym i szczypiorkiem 2 szt. (3,7) Sałata, liść 5 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1) Masło roślinne 15g (7) Jajka gotowane na twardo z sosem jogurtowym i szczypiorkiem 2 szt. (3,7) Sałata, liść 5 g Rzodkiewka 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g (1) Masło roślinne 15g (7) Jajka gotowane na twardo z sosem jogurtowym i szczypiorkiem 2 szt. (3,7) Sałata, liść 5 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Gruszka 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Obiad	Żurek z białą kiełbasą 350 ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Udko drobiowe pieczone 1szt.(min.120g) Sos jasny 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Żurek z białą kiełbasą 350 ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Udko drobiowe pieczone 1szt.(min.120g) Sos jasny 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Żurek z białą kiełbasą 350 ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Udko drobiowe pieczone 1szt.(min.120g) Sos jasny 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Kompot owocowy 200ml	Żurek z białą kiełbasą 350 ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Udko drobiowe pieczone 1szt.(min.120g) Sos jasny 100 ml (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych 150 g (7) Kompot owocowy 200ml
Podwieczorek	Sernik 1 szt. (1,3,7)	Sernik 1 szt. (1,3,7)	Sernik 1 szt. (1,3,7)	Sernik 1 szt. (1,3,7)
Kolacja	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (1,3,6,9) Sałatka jarzynowa 50 g (1,3,7) Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (1,3,6,9) Sałatka jarzynowa na jogurcie 50 g (1,3,7) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (1) Masło roślinne 5g (7) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (1,3,6,9) Sałatka jarzynowa na jogurcie 50 g (1,3,7) Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 45 g (1) Masło roślinne 5g (7) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (1,3,6,9) Sałatka jarzynowa na jogurcie 50 g (1,3,7) Herbata 250ml
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
Wartość odżywcza	Energia: 2080 kcal Białko: 96,09 g Tłuszcze: 60,67 g W tym nasycone kw. tł.: 22,34g Węglowodany: 293,69g W tym cukry: 45,66g Sól: 4,35g Błonnik: 30,87 g	Energia: 2012 kcal Białko: 87,25g Tłuszcze: 61,46 g W tym nasycone kw. tł.: 24,48g Węglowodany: 288,14g W tym cukry: 52,26g Sól: 4,37g Błonnik: 28,22g	Energia: 1971 kcal Białko: 94,73 g Tłuszcze: 54,63 g W tym nasycone kw. tł.: 17,24 g Węglowodany: 277,58g W tym cukry: 44,3g Sól: 4,45 g Błonnik: 31,31g	Energia: 1976 kcal Białko: 90,98 g Tłuszcze: 56,01 g W tym nasycone kw. tł.: 16,87 g Węglowodany: 288,36g W tym cukry: 52,3 g Sól: 4,37g Błonnik: 28,22g