

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA OD 18.10– 27.10.23.r. RAWICZ

POSILEK	ŚRODA 18.10	CZWARTEK 19.10	PIĄTEK 20.10	SOBOTA 21.10	NIEDZIELA 22.10	PONIEDZIALEK 23.10	WTOREK 24.10
Śniadanie	Ryż na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) Pasta z wędliny 70g (7), pomidor 50g, sałata, gruszka 200g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2)	pl. owsiane na mleku 0,3l Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3) I : szynkowa 60g (7) papryka 50g, sałata, śliwki 150g kawa (1,2) zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2)	Zacierka na mleku 0,3l (2,2) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) serek ziołowy 70g, (2) miód 30g, sałata gruszka 200g	Pl. kukur na mleku 0,3l bułka pszenna 50g, pieczywo pszenno -żytnie 70g (1,2,3) Masło (2) szynka z koperkiem 60g, dżem 30g sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l banan 150g	Mussle na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) I, diety : kielbasa śląska 100g (7) , ketchup 10g,(7) sałatka jarzynowa 100g, kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2)	Makaron na mleku 0,3l pieczywo mieszane 120g (1,2) masło 20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) I : szynka wieprz 60g (7) , brzoskwinia 150g , sałata, pomidor 50g	Kaszka na mleku 0,3l (1,2) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (2) I, diety : pasta rybna 120g (4) sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l gruszka prażona 200g
Obiad	Barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 0,3l (7) wątróbka drobiowa z cebulką i jabłkiem 100g (6) ziemniaki 200g kapusta kiszona got 150g napój 0,2l	Jarzynowa 0,3l (1,2,3,7) kotlet schabowy panierowany 100g (1,2,3,7) Ziemniaki 200g (2) Sur. z białej kapusty 150gg Napój 0,2l	Krupnik 0,3l (2,7) jajo sadzone na parze 2 szt (1,2, 3,4) ziemniaki 200g (1,3) sos koperkowy 80ml (2) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Zupa krem z dyni z grzankami 0,3l (7) gołąbki w kapuście 200g sos pomidorowy 80ml ziemniaki 200g Napój 0,2l	Rosół z makaronem 0,3l (2,7) pieczeń wieprz 100g (1,2,3,7), kasza gryczana 200g, sos pieczeniowy 80ml (2) sur z kapusty czerwonej 150g napój 0,2l	Kapuśniak z ziemniakami (7) 0,3l naleśniki z serem 2 szt (1,2,3) sos owocowo - jogurtowy 100ml (2) naleśniki z dżemem 2 szt (1,2,3) napój 0,2l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (7) Ziemniaki 200g, Omlet mięsny 100g (1,2,3,7) Sur colesław 150g Napój 0,2l
Kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l szynka z indyka 60g (7), pomidor 50g, sałata, herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), herbata 0,25l Sałatka ryżowa z szynką 200g, sałata (2) (7), Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g(2) ryba w sosie greckim 130g (70/60g) sałata herbata 0,2l	Pieczywo mieszane 120g (1,2) Masło roślinne 20g (2) ser żółty 50g, szynka 30g, sałata, Herbata 0,2l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l I, : pasta twarogowa 70g, szynka 20g, sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2) I, VIII: szynka 60g , ogórek konserw 50g, sałata herbata 0,2l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), Masło roślinne 20g (2) I : paszтет z kurczaka 60g, pomidor 50g, sałata herbata 0,
DODATK. KOLACJA	jogurt owocowy 150g (2) (1op)	serek waniliowy 150g 1 op (1op)	mleko 2% w kartoniku 250ml (1 op)	owsianka z owocami 100g (1op) b/c	kasza na mleku z owocami 130g (1op)	jogurt owocowy 1op	serek waniliowy 200g (1 op) (2)

Energia Kcal	2292	2494	2353	2415	2316	2136	2153
Białko (g)	100	115	76	82	88	76	96
Tłuszcz (g)	82	92	103	93	104	80	85
NKT(g)	27	32	39	32	34	26	27
Węglowodany (g)	318	321	300	333	275	293	265
laktoza (g)	35	36	32	20	23	30	26
sacharoza (g)	52	51	39	51	28	49	41
Błonnik (g)	31	23	22	25	21	19	17
Sód (mg)	2893	2429	1864	2693	2326	2385	1798

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła:

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyca


DIETETYK
 Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA OD 18.10 – 27.10.23.RAWICZ

POSILEK	ŚRODA 25.10	CZWARTEK 26.10	PIĄTEK 27.10				
Śniadanie	Owsianka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) I diety : pasta mięsno-warzywna 120g (7) nektaryna 150g	Ryż na mleku 0,3l (2), pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (2), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) szynka 60g, arbuz 200g, sałata (7)	Kasza na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (3), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) jajecznicza na parze 100g (3) pomidor 50g, sałata,				
Obiad	Grochowa 0,3l makaron 200g(1,2,3) sos boloński 50g(2) fasolka szparagowa 150g napój 0,2l	Kalafiorowa (7) 0,3l udko drobiowe duszone (7) 200 g ,sos pieczeniowy 80ml(2) ziemniaki 200g, kapusta biała got 150g , napój 0,2l	Szpinakowa 0,3l,7) Ryba panierowana smażona 100g (4) /sos grecki 150ml (2) Ziemniaki 200g(2) Napój 0,2l				
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3) ,herbata 0,25l ser topiony 50g,(2) szynka 30g, sałata herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2) metka 60g(7) ogórek kiszony 50g ,sałata ,Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g(2), herbata 0,25l twaróg 70g (2), papryka 50g (1,2)				
DODATK. KOLACJA	kefir 150g	mleko 250ml (2) b/c 1op	jogurt owocowy 150g 1 op				

Energia Kcal	2853	2379	2077				
Białko (g)	112	107	89				
Tłuszcz (g)	107	99	84				
NKT(g)	37	30	25				
Węglowodany (g)	385	280	261				
laktoza (g)	27	32	28				
sacharoza (g)	24	20	27				
Błonnik (g)	29	28	24				
Sód (mg)	2092	2916	1733				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyca

zatwierdziła:

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA ŁATWOSTRAWNA / PAPKOWATA OD 18.10 – 27.10.23.r. SZPITAL RAWICZ.

POSILEK	ŚRODA 18.10	CZWARTEK 19.10	PIĄTEK 20.10	SOBOTA 21.10	NIEDZIELA 22.10	PONIEDZIAŁEK 23.10	WTOREK 24.10
Śniadanie	Ryż na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) Pasta z wędliny 70g (7), pomidor 50g, sałata kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) gruszka prażona 200g	pl. owsiane na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1.), masło 20g (3) I : szynkowa 50g (7) pomidor 60g, sałata, kawa (zbożowa z mlekiem 0,25l(1,2) arbuz 200g	Zacierka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) serek ziołowy 70g, (2) miód 30g gruszka prażona 200g	Pl. kukur na mleku 0,3l bułka zwykła 50g pieczywo pszenno -żytnie 70g (1,) (1), Masło (2) szynka z koperkiem 60g, dżem 30g sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l banan 150g	Mussle na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kielbasa śląska 80g (7), ketchup 10g.(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) sałatka jarzynowa z jogurtem 100g (2)	Makaron na mleku 0,3l pieczywo mieszane 120g (1, .) masło 20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) szynka wieprz 60g (7) pomidor 50g, sałata brzoskwinia 150g	Kaszka na mleku 0,3l (1,2) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (2) pasta rybna 70g (4) sałata kawa zbożowa z mlekiem 0,25l gruszka prażona 200g
Obiad	Barszcz z ziemniakami 0,3l (,7) gulasz drobiowy got 150ml (2) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g napój 0,2l	Jarzynowa 0,3l(1, 2,,7) schab got 100g (1,2,3,7) Ziemniaki z zieleciną 200g (2) sos pietruszkowy 80ml buraczki 150gg Napój 0,2l	Krupnik 0,3l (2,7) jajo sadzone na parze 2 szt (1,2, 3,4) ziemniaki z zieleciną 200g (1,3) sos koperkowy 80ml (2) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Zupa krem z dyni z grzankami 0,3l (,7) pulpet mięsno -ryżowy got 100g (7) sos pomidorowy 80ml(2) ziemniaki z zieleciną 200g brokuł 150g Napój 0,2l	Rosół z makaronem 0,3l (2,7) mięso drobiowe got 100g (1,2,3 7), kasza jęczmienna 200g, sos chrzanowy łagodny 80ml (2) buraczki 150g napój 0,2l	Koperkowa z ziemniakami (,7) 0,3l naleśniki z serem 2 szt(1,2,3) sos owocowo -jogurtowy 100ml (2) naleśniki z dżemem 2 szt napój 0,2l(1,2,3)	Pomidorowa z makaronem 0,3l (,7) Ziemniaki z zieleciną 200g, Omlet mięsny 100g (1,2,3,7) kalafior 150g Napój 0,2l
kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l szynka z indyka 60g (7), sałata, pomidor 50g herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), herbata 0,25l Sałatka ryżowa z szynką i jogurtem (2) 200g, sałata (2, 7) ,Herbata 0,25l.	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g(2) ryba w sosie greckim 130g (70/60g)	Pieczywo mieszane 120g (1,2) Masło roślinne 20g (2) Szynka drobiowa 60g (3) pomidor 50g, sałata Herbata 0,2l owsianka z owocami 100g (1 op) b/c	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l pasta twarogowa 70g, szynka 20g, sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), szynka 60g, dżem 30g herbata 0,2l jogurt owocowy 150g (1 op)	Pieczywo mieszane 120g (1,2), Masło roślinne 20g (2), herbata 0,2l szynka drobiowa 60g, pomidor 50g, sałata serek waniliowy 150g
dotatk. kolacja	jogurt owocowy 150g 1op	Serek waniliowy 150g (1 op)	mleko 2% 250ml (1 op)		kaszka na mleku z owocami 130g (1op)		

Energia Kcal	2099	2400	2353	2200	2450	2025	2162
Białko (g)	92	100	76	82	100	70	96
Tłuszcz (g)	66	85	103	75	77	75	82
NKT(g)	22	32	39	25	24	25	25
Węglowodany (g)	305	290	300	299	311	280	282
laktoza (g)	35	36	32	16	8,8	30	14
sacharoza (g)	52	51	39	35	35	49	49
Błonnik (g)	24	20	22	25	21	19	17
Sód (mg)	2366	2429	1894	2523	2345	2385	2396

zatwierdziła:

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyca

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA ŁATWOSTRAWNA / PAPKOWATA OD 18. 10 – 27 .10. 23.r. SZPITAL RAWICZ

POSILEK	ŚRODA 25.10	CZWARTEK 26.10	PIĄTEK 27.10				
Śniadanie	Owsianka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) pasta mięsno -warzywna 120g , sałata,(2,7) nektaryna 150g	Ryż na m leku 0,3l (,2) , pieczywo mieszane 120g (1,) masło20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) szynka 60g, sałata arbuz 200g	Kasza na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1,.) masło 20g (3), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) jajecznicza na parze 100g (3) pomidor 50g, sałata				
Obiad	Grysikowa 0,3l makaron 200g (1,2,3) sos boloński z zieleciną 150g (2) fasolka szparagowa 150g napój 0,2l	Kalafiorowa (,7)0,3l Udko drobiowe got 200g (7) Ziemniaki z zieleciną 200g Sos potrawkowy (1,2) 80ml, sur z marchwi i jabłek 150g, napój 0,2l	Szpinakowa 0,3l ,7) Ryba got 100g (4)/sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g(2) Napój 0,2l				
Kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3) ,herbata 0,25l ser biały 70g, dżem 30g ,sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2) szynka z indyka 60g, sałata, pomidor 50g ,Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g(2), herbata 0,25l twarógzek 70g (2), dżem 30g				
Dodatki kolacja	kefir 150g (1 op)(2)	mleko 2% 250ml (1 op) (2)	jogurt owocowy 150g (1op)(2)				

Energia Kcal	2200	2234	2043				
Białko (g)	80	92	89				
Tłuszcz (g)	68	87	80				
NKT (g)	24	27	23				
Węglowodany (g)	317	239	255				
laktoza (g)	16	25	28				
sacharoza(g)	36	35	28				
Błonnik (g)	28	21	22				
Sód (mg)	1377	2588	1944				

porządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła:

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 5 seler; 7 gorczyc

Aleksandra Nowak
DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU OD 18.10 – 27.10.23.r. SZPITAL RAWICZ.

POSILEK	ŚRODA 18.10	CZWARTEK 19.10	PIĄTEK 20.10	SOBOTA 21.10	NIEDZIELA 22.10	PONIEDZIAŁEK 23.10	WTOREK 24.10
Śniadanie	Ryż na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo pszenne 120g (1), masło 20g(2) szynka drobiowa 60g (7), pomidor 50g, sałata kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) jabłko prażone 200g	pl. owsiane na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo pszenne 120g (1), masło 20g (3) I : szynkowa 50g (7) pomidor 60g, sałata, kawa (zbożowa z mlekiem 0,25l(1,2) arbuz 200g	Zacierka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo pszenne 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) serek ziołowy 70g, (2) miód 30g, sałata gruszka prażona 200g	Pl. kukur na mleku 0,3l bułka zwykła 50g pieczywo pszenno -żytnie 70g (1.) (1), Masło (2) szynka z koperkiem 60g, dżem 30g sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l banan 150g	Musle na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo pszenne 120g (1), masło 20g(2) szynka drobiowa 60g (7), dżem 30g kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) sałatka jarzynowa z jogurtem 100g (2)	Makaron na mleku 0,3l pieczywo pszenne 120g (1), masło 20g (2), kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) szynka wieprz 60g (7) sałata, pomidor 50g jabłko prażone 150g	Kaszka na mleku 0,3l (1,2) pieczywo pszenne 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (2) pasta rybna 70g (4) sałata kawa zbożowa z mlekiem 0,25l gruszka prażona 200g
Obiad	Barszcz z ziemniakami 0,3l (7) gulasz drobiowy got 150ml (2) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g napój 0,2l	Jarzynowa 0,3l (1,2,7) udko drobiowe luzowane b/sk got 100g (7) Ziemniaki z zieleciną 200g (2) sos pietruszkowy 80ml (2) buraczki 150g Napój 0,2l	Krupnik 0,3l (2,7) białko jaj z zieleciną 100g (3.) ziemniaki z zieleciną 200g (1,3) sos koperkowy 80ml (2) warzywa got 150g Napój 0,25l	Zupa krem z dyni z grzankami 0,3l (7) pulpet mięsno -ryżowy got 100g (7) sos pomidorowy 80ml(2) ziemniaki z zieleciną 200g marchew got 150g Napój 0,2l	Rosół z makaronem 0,3l (2,7) udko drobiowe got 100g (7), kasza jęczmienna drobna 200g, sos śmietanowy 80ml (2) buraczki 150g napój 0,2l	Koperkowa z ziemniakami (7) 0,3l kotlet jarski z ryżem z i warzywami 100g/ 75g ziemniaki z zieleciną 200g sos śmietanowy 80ml warzywa got 75g, napój 0,2l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (7) Ziemniaki z zieleciną 200g, Omlet mięsny 100g (1,2,3,7) sos pietruszkowy 80ml (2) marchew got 150g Napój 0,2l
kolacja	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l szynka z indyka 60g (7), sałata, pomidor 50g herbata 0,25l	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), herbata 0,25l Sałatka ryżowa z szynką i jogurtem (2) 200g, sałata (2,7), Herbata 0,25l.	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (2) ryba w sosie greckim 130g (70/60g) sałata	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (2) Szynka drobiowa 60g (2) pomidor 50g, sałata Herbata 0,2l owsianka z owocami 100g (1 op) b/c	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l pasta twarogowa 70g, szynka 20g, sałata	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), szynka 60g,(7) dżem 30g sałata herbata 0,2l jogurt owocowy 150g (1 op)	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), herbata 0,2l szynka drobiowa 60g (7) pomidor 50g, sałata serek waniliowy 150g
Dodat. kolacja	jogurt owocowy 150g 1op	Serek waniliowy 150g (1 op)	mleko 2% 250ml (1 op)		kaszka na mleku z owocami 130g (1op)		

Energia Kcal	2123	2350	2300	2150	2450	2100	2162
Białko (g)	92	100	80	82	100	70	96
Tłuszcz (g)	62	75	80	75	77	75	75
NKT(g)	17	25	39	25	24	25	25
Węglowodany (g)	304	319	315	299	311	280	282
laktoza (g)	35	36	32	16	8,8		14
sacharoza(g)	42	51	39	35	35		49
Błonnik (g)	25	20	22	25	21	25	17
Sód (mg)	2347	2429	1894	2523	2345	2385	2396

zatwierdziła:

sporządziła : mgr inż. Hanna Kialka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyca

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU OD 18.10 – 27.10.23.r. SZPITAL RAWICZ

POSILEK	ŚRODA 25.10	CZWARTEK 26.10	PIĄTEK 27.10				
Śniadanie	Owsianka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) pasta mięsno -warzywna 120g ,(7) sałata, nektaryna 150g	Ryż na m leku 0,3l (,2) , pieczywo mieszane 120g (1,) masło20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) szynka 60g, sałata arbuz 200g	Kasza na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1,) masło 20g (3), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) szynka drobiowa 60g (7) pomidor 50g, sałata Herbata 0,25l,				
OBIAD	Grysikowa 0,3l makaron 200g sos boloński z zieleciną 150g warzywa got 150g napój 0,2l warzywa got 150g	Kalafiorowa (,7)0,3l Udko drobiowe got 200g (7) Ziemniaki z zieleciną 200g Sos potrawkowy (1,2) 80ml, marchew got 150g, napój 0,2l	Zupa ziemniaczana 0,3l ,7) Ryba got 100g (4)/sos grecki 150ml(2) Ziemniaki z zieleciną 200g(2) , Napój 0,2l				
KOLACJA	Pieczywo pszenno - żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g (3) ,herbata 0,25l ser biały 70g, (2) dżem 30g , sałata	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2),masło roślinne 20g (2) szynka z indyka 60g, sałata, pomidor 50g ,Herbata 0,25l	Pieczywo pszenno -żytnie 120g (1,2), masło roślinne 20g(2), herbata 0,25l twarożek 70g (3), dżem 30g, sałata kawa (1,2) zbożowa z mlekiem 0,25l(1,2) jogurt owocowy 150g (1op)				
Dodat. kolacja	kefir 150g (1 op)(2)	mleko 2% 250ml (1 op)(2)					

Energia Kcal	2200	2234	2140				
Białko (g)	80	92	89				
Tłuszcz (g)	68	87	75				
NKT (g)	24	27	23				
Węglowodany (g)	317	239	277				
laktoza (g)	16	25	28				
sacharoza (g)	36	35	28				
Błonnik (g)	28	21	22				
Sód (mg)	1377	2588	1944				

porządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyz

zatwierdziła:

Aleksandra Nowak
DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA Z OGRAN LATW0 PRZYSWAJALNYM WĘGLOWODANOW OD 18.10–27.10.23.r. RAWICZ

POSIŁEK	ŚRODA 18.10	CZWARTEK 19.10	PIĄTEK 20.10	SOBOTA 21.10	NIEDZIELA 22.10	PONIEDZIAŁEK 23.10	WTOREK 24.10
Śniadanie	Pieczycywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) Pasta z wędliny 70g (7), pomidor 50g, sałata, gruszka 200g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2)	Pieczycywo mieszane 120g (1), masło 20g (3) szynkowa 60g (7) papryka 50g, sałata, śliwki 150g kawa (1,2) zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2)	Pieczycywo mieszane 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) I, : serek ziołowy 70g, (2) pomidor 50g, sałata	bułka pszenna 50g, pieczywo pszenno -żytnie 50g (1,2,3) bułka grahamka 70g (1,2,3) Masło (2) szynka z koperkiem 60g, pomidor 50g sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l banan 150g	Pieczycywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kielbasa śląska 100g (7) , ketchup 10g,(7) sałatka jarzynowa 100g, kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2)	pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) I : szynka wieprz 60g (7) , brzoskwinia 150g , sałata, pomidor 50g	pieczywo mieszane 120g (1), Masło (2) pasta rybna 120g (4) sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l gruszka prażona 200g
Śniadanie II	Kefir 0,2l(2)	Sok pomidorowy 0,2l	Sok warzywny 0,2l	Kisiel owocowy b/c 0,2l	Sok pomidorowy 0,2l	Serek waniliowy b/c 150g	Sok warzywny 0,2l
Obiad	Barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 0,3l (7) gulasz drobiowy got 100g (6) ziemniaki 200g kapusta got kiszona got 150g kompot b/c 0,2l	Jarzynowa 0,3l (1,2,3,7) schab got 100g (1,2,3,7) Ziemniaki 200g (2) Sur. z białej kapusty 150gg kompot b/c 0,2l	Krupnik 0,3l (2,7) jajo sadzone na parze 2 szt (1,2, 3,4) ziemniaki 200g (1,3) sos koperkowy 80ml (2) fasolka szparagowa 150g kompot b/c 0,25l	Zupa krem z dyni z grzankami 0,3l (7) gołąbki w kapuście 200g sos pomidorowy 80ml ziemniaki 200g kompot b/c 0,2l	Rosół z makaronem 0,3l (2,7) mięso drobiowe got 100g (1,2,3 7), kasza gryczana 200g, sos chrzanowy łagodny 80ml (2) sur z kapusty czerwonej 150g kompot b/c 0,2l	Kapuśniak z ziemniakami (7) 0,3l kotlet jarski z ryżem na parze 100g ziemniaki 200g sos śmietanowy 80ml (2) warzywa got 150g kompot b/c 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (7) Ziemniaki 200g, Omlet mięsny na parze 100g (1,2,3,7) Sur coleslaw 150g kompot b/c 0,2l
podw	Sok grejpfrutowy b/c 0,2l	Kisiel owocowy b/c 0,2l	Budyń b/c 0,2l	Grejpfrut ½ szt	Jogurt naturalny 150g (2)	Ciasto marchewkowe b/c 50g (1,2,3)	Kisiel owocowy 0,2l
Kolacja	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (3), herbata 0,2l szynka z indyka 60g (7), pomidor 50g, sałata, herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (2) (1op)	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g (2), herbata 0,25l I, : Sałatka ryżowa z szynką 200g, sałata (2) (7), Herbata 0,25l serek waniliowy 150g 1 op	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), masło roślinne 20g(2) ryba w sosie greckim 130g (70/60g) sałata herbata 0,2l kefir 2% 150ml (1 op)	Pieczycywo mieszane 120g (1,2) Masło 20g (2) szynka drobiowa 60g, pomidor 50g, sałata, Herbata 0,2l owsianka z owocami 100g (1op) b/c	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3), herbata 0,2l I, : pasta twarogowa 70g, szynka 20g, sałata kaszka z owocami 130g (1op)	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2) I, VIII: szynka 60g , ogórek konserw 50g, sałata herbata 0,2l jogurt owocowy 1op VIII: jogurt naturalny 1 op.	Pieczycywo mieszane 120g (1,2), Masło 20g (2) I : szynka drobiowa 60g, pomidor 50g, sałata herbata 0, serek waniliowy 200g (1 op) (2)

Energia Kcal	2235	2387	2007	2106.	2570	2154	2162
Białko (g)	96	101	85	80	110	65	96
Tłuszcz (g)	73	72	72	72	77	93	82
NKT(g)	25	23	23	22	24	25	25
Węglowodany (g)	319	361	285	313	385	287	282
laktoza (g)		4,9	22	16	8,8	15	14
sacharoza (g)		46	35	43	35	32	49
Błonnik (g)	26	31	35	32	25	26	29
Sód (mg)	2469	2438	2499	2523	2345	2693	2396

zatwierdziła:

DIETETYK
Aleksandra Nowak
6 sierpnia 2023 r.

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby, 6 seler, gorczyca

JADŁOSPIS Z OGRN ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW OD 18. 10 – 27 .10 . 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	ŚRODA 25.10	CZWARTEK 26.10	PIĄTEK 27.10			
Śniadanie	Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) pasta mięsno- warzywna 120g (7) sałata nektaryna 150g	pieczywo mieszane 120g (1,) masło20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,25 (1,2) szynka 60g, arbusz 200g ,sałata (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (3), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) jajecznicza na parze 100g (3) pomidor 50g, sałata,			
Śniadanie II	Jabłko 150g	Budyń b/c 0,2l	Gruszka 200g			
OBIAD	Grochowa 0,3l (2,7) makaron 200g sos boloński 50g fasolka szparagowa 150g kompot b/c 0,2l	Kalafiorowa (,7)0,3l Udło drobiowe got 200g (7) Ziemniaki 200g Sos potrawkowy (1,2) 80ml, sur z marchwi i jabłek 150g, kompot b/c 0,2l	Szpinakowa 0, 3l 2,7) Ryba got 100g sos grecki 150 ml Ziemniaki 200g kompot b/c 0,2l			
Podw	Jogurt naturalny 150g	Serek waniliowy b/c 150g (2)	Sok pomidorowy 0,2l			
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3) ,herbata 0,25l I: ser biały 70g,(2) rzodkiewki 50g, sałata herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2) szynka z indyka 60g(7) ogórek kiszony 50g ,sałata ,Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g(2), herbata 0,25l twarożek 70g (2), papryka 50g (1,2)			
Dodat. kolacja	kefir 150g	mleko 250ml (2) b/c 1op	jogurt owocowy 150g 1 op			

Energia Kcal	2341	2034	2043			
Białko (g)	84	92	89			
Tłuszcz (g)	68	87	80			
NKT(g)	24	27	23			
Węglowodany (g)	370	239	255			
laktoza (g)	16	25	28			
sacharoza (g)	36	35	28			
Błonnik (g)	30	21	25			
Sód (mg)	1377	2588	1944			

porządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; seler; 7 gorczyz

zatwierdziła:

Aleksandra Nowak
DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA ODDZIAŁ DZIECIĘCY OD 18.10– 27.10.23.r. RAWICZ

POSILEK	ŚRODA 18.10	CZWARTEK 19.10	PIĄTEK 20.10	SOBOTA 21.10	NIEDZIELA 22.10	PONIEDZIAŁEK 23.10	WTOREK 24.10
Śniadanie	Ryż na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) Pasta z wędliny 70g (7), pomidor 50g, sałata, gruszka 200g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2)	pl. owsiane na mleku 0,3l Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3) I : szynkowa 60g (7) pomidor 50g, sałata, arbuz 200g kakao (1,2) na mleku 0,25l (1,2)	Zacierka na mleku 0,3l (2) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) serek ziolowy 70g, (2) miód 30g, sałata gruszka 200g	Pl. kukur na mleku 0,3l bułka pszenna 50g, pieczywo pszenno -żytnie 70g (1,2,3) bułka pszenna 50g Masło (2) szynka z koperkiem 60g, dżem 30g sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l banan 150g	Musle na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) I, diety : kielbasa śląska 100g (7) , ketchup 10g.(7) sałatka jarzynowa 100g, kakao na z mleku 0,2l (1,2)	Makaron na mleku 0,3l pieczywo mieszane 120g (1, 2) masło 20g(2), kawa zbożowa z mlekiem 0,2l (1,2) szynka wieprz 60g (7), brzoskwinia 150g , sałata, pomidor 50g	Kaszka na mleku 0,3l (1,2) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (2) szynka 60g (7), ser żółty 30g (2) sałata, kawa zbożowa z mlekiem 0,25l gruszka prażona 200g
Śniadanie II	Serek waniliowy 150g (2)	Banan 150g	Herbatniki 50g	Kisiel owocowy 0,2l	Biszkopty 50g	Banan 150g	Sok owocowy Kubuś 0,2l b/c
Obiad	Barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 0,3l (7) gulasz drobiowy 100g (6) ziemniaki 200g warzywa got got 150g napój 0,2l	Jarzynowa 0,3l (1,2,7) kotlet schabowy panierowany 100g (1,2,3,7) Ziemniaki 200g (2) Sur. z białej kapusty 150g Napój 0,2l	Krupnik 0,3l (2,7) jajo sadzone na parze 2 szt (1,2, 3,4) ziemniaki 200g (1,3) sos koperkowy 80ml (2) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Zupa krem z dyni z grzankami 0,3l (7) gołąbki w kapuście 200g sos pomidorowy 80ml ziemniaki 200g Napój 0,2l	Rosół z makaronem 0,3l (2,7) udko luzowane got 100g (1,2,3 7), kasza gryczana 200g, sos chrzanowy łagodny 80ml (2) buraczki 150g napój 0,2l	Kapuśniak z ziemniakami (7) 0,3l naleśniki z serem 2 szt (1,2,3) sos owocowo - jogurtowy 100ml (2) naleśniki z dżemem 2 szt (1,2,3) napój 0,2l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (7) Ziemniaki 200g, Omlet mięsny 100g (1,2,3,7) Sur coleslaw 150g Napój 0,2l
Podwieczerek	Mus jabłkowy 0,2l	Kisiel owocowy 0,2l	Budyń b/c z sokiem 0,2l (2)	Mus truskawkowy b/c 0,2l	Jogurt owocowy 150g (2)	Ciasto marchewkowe 50g (1,2,3)	Kisiel owocowy 0,2l
Kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3), herbata 0,2l szynka z indyka 60g (7), pomidor 50g, sałata, herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2), herbata 0,25l Sałatka ryżowa z szynką 200g, sałata (2) (7), Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g(2) ser topiony 50g, pomidor 50g sałata(2) herbata 0,2l mleko 2% w kartoniku 250ml (1 op)	Pieczywo mieszane 120g (1,2) Masło 20g (2) ser żółty 50g, szynka 30g ,sałata, Herbata 0,2l owsianka z owocami 100g (1op) b/c	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3), herbata 0,2l pasta twarogowa 70g, szynka 20g, sałata kaszka na mleku z owocami 130g (1op)	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2) szynka 60g, dżem 30g , sałata herbata 0,2l jogurt owocowy 1op	Pieczywo mieszane 120g (1,2), Masło 20g (2) szynka drobiowa 60g, pomidor 50g, sałata herbata 0, serek waniliowy 200g (1 op) (2)

Energia Kcal	2115	2300	2400	2415	2450	2025	2162
Białko (g)	91	98	80	82	100	70	96
Tłuszcz (g)	70	80	95	93	77	75	82
NKT (g)	20	20	40	32	24	25	25
Węglowodany (g)	303	321	290	333	311	280	282
laktoza (g)	35	36	30	20	9	30	14
sacharoza (g)	42	51	30	51	35	49	49
Błonnik (g)	25	23	20	25	21	19	17
Sód (mg)	2700	2429	1864	2693	2345	2385	2396

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła:

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyca


 HANNA KIAŁKA
 DIETETYK

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA ODDZIAŁ DZIECIĘCY OD 18.10 – 27.10.23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	ŚRODA 25.10	CZWARTEK 26.10	PIĄTEK 27.10			
Śniadanie	Owsianka na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(2) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) szynka 60g, ser żółty 30g (2, 7) nektaryna 150g	Ryż na mleku 0,3l (2), pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (2), kakao na mleku 0,25l (1,2) szynka 60g, arbusz 200g, sałata (7)	Kasza na mleku 0,3l (1,2) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (3), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,2) jajecznicza na parze 100g (3) pomidor 50g, sałata,			
Śniadanie II	Jabłko 150g	Budyń z sokiem 0,2l	Gruszka 200g			
Obiad	Grochowa 0,3l makaron 200g sos boloński 50g fasolka szparagowa 150g napój 0,2l	Kalafiorowa (7) 0,3l udko drobiowe duszone (7) 200g sos potrawkowy 80ml ziemniaki 200g, sur z marchwi i jabłek 150g, napój 0,2l	Szpinakowa 0,3l (7) Ryba panierowana 100g (4)/sos grecki 150ml Ziemniaki 200g(2) Napój 0,2l			
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150g (2)	Serek waniliowy 150g (2)	Galaretką z owocami 0,2l			
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (3) herbata 0,25l ser biały 70g,(2) dżem 30g, sałata herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g (2) szynka z indyka 60g (7) pomidor 50g, sałata herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2), masło 20g(2), herbata 0,25l twarożek 70g (2), dżem 30g (1,2)			
Dodatkowa kolacja	kefir 150g	mleko 250ml (2) b/c 1op	jogurt owocowy 150g 1op			

Energia Kcal	2200	2350	2043			
Białko (g)	80	92	89			
Tłuszcz (g)	75	80	85			
NKT(g)	24	27	23			
Węglowodany (g)	300	239	255			
laktoza (g)	16	25	28			
sacharoza(g)	36	35	25			
Błonnik (g)	28	21	22			
Sód (mg)	1377	2588	1944			

porządziła : mgr inż. Hanna Kialka Dietetyk

zatwierdziła:

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten ; 2. mleko, masło, ser twarogowy, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina; 3 jaja, wypieki, makaron jajeczny ; 4 ryby; 6 seler; 7 gorczyz

DIETETYK
Aleksandra Nowak