

PONIEDZIAŁEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna 150ml z płatkami kukurydzianymi 20g (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet.40g (7) pomidor 50g kielbasa krakowska sucha 40g (1,9) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 150ml (9) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt owocowy 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna 150ml z Płatkami kukurydzianymi 20g (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 40g (7) kielbasa krakowska sucha 40g (9) pomidor 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 150ml (9) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt owocowy 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa gotowana 40g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 40g (7) kielbasa krakowska sucha 40g (9) pomidor 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 150ml (9) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa gotowana 40g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml Posiłek nocny: Serek wiejski 150g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna 150ml z Płatkami kukurydzianymi 20g (1,3,7) Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) twarożek ze śmiet. 40g (7) wędlina drobiowa 40g (9) pomidor b/z skórki 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 150ml (9) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt owocowy 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka wieprzowa gotowana 40g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) sałata 30g pomidor 50g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna 150ml z Płatkami kukurydzianymi 20g (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 40g (7) kielbasa krakowska sucha 70g (9) pomidor 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 200ml (9) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa gotowana 70g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna 150ml z Płatkami kukurydzianymi 20g (1,3,7) Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) twarożek ze śmietanką 40g (7) wędlina drobiowa 40g (9) pomidor 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krem z cukinii 250ml (7,9) makaron gotowany 200 g (1,3) sos boloński 200ml (9) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt owocowy 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa gotowana 40g (9) Ser mozzarella 40g (1,7) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml

PONIEDZIAŁEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 621 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 64 g (w tym cukry: 14 g) Błonnik: 3 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 940 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 11 g Sód: 1,5 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 502 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 5 g) Błonnik: 3 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 2214 kcal Białko: 65 g Tłuszcze: 100 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 257 g (w tym cukry: 62 g) Błonnik: 19 g Sód: 2,8 g
Lekkostrawna	Kalorie: 648 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 13 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 720 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 27 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 502 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 5 g) Błonnik: 3 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 2021 kcal Białko: 72 g Tłuszcze: 86 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 230 g (w tym cukry: 63 g) Błonnik: 17 g Sód: 2,5 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 555 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 31 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 47 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 620 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 77 g w tym cukry: 2 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 610 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 36 g (w tym tłuszcze nasycone: 18 g) Węglowodany: 45 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 1936 kcal Białko: 72 g Tłuszcze: 90 g (w tym tłuszcze nasycone: 41 g) Węglowodany: 192 g (w tym cukry: 35 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,5 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIALENIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 647 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 14 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 720 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 27 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 444 kcal Białko: 11 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 10 g) Węglowodany: 46 g (w tym cukry: 4 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 1962 kcal Białko: 67 g Tłuszcze: 80 g (w tym tłuszcze nasycone: 35 g) Węglowodany: 234 g (w tym cukry: 63 g) Błonnik: 18 g Sód: 2,3 g
Bogato białkowa	Kalorie: 644 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 14 g) Błonnik: 3 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 720 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 27 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 552 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 31 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 2067 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 88 g (w tym tłuszcze nasycone: 39 g) Węglowodany: 232 g (w tym cukry: 66 g) Błonnik: 17 g Sód: 2,5 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 618 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 58 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 4 g Sól: 0,6 g	Kalorie: 720 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 27 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 151 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 5 g (w tym tłuszcze nasycone: 3 g) Węglowodany: 23 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g	Kalorie: 502 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 5 g) Błonnik: 3 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 1991 kcal Białko: 67 g Tłuszcze: 85 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 225 g (w tym cukry: 60 g) Błonnik: 17 g Sód: 2,3 g

WTOREK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150 ml- płatki jęczmienne gotowane 50ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka drobiowa 50g (9) jajko gotowane 1 szt/klasy L (7) majonez 30g (3) pomidor 50g kawa inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka smażony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok owocowy 100% 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> chleb mieszany 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) dżem truskawkowy 30g ogórek zielony 50g herbata 250 ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna-150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka drobiowa 50g (9) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) ketchup 20g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka duszony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok owocowy 100% 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> chleb mieszany 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmietanką 40g (7) dżem truskawkowy 30g ogórek zielony 50g herbata 250 ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka drobiowa 50g (9) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) ketchup 20g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka duszony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 120g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Kefir naturalny 200ml (7) 	<ul style="list-style-type: none"> chleb razowy 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) ogórek zielony 50g herbata 250 ml Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIAŁANIE SOKU ŻOŁADKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM WYDZIAŁANIA	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna-150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka drobiowa 50g (9) ser kanapkowy 30g (7) pomidor b/z skórki 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka duszony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g buraczki gotowane tarte 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok owocowy 100% 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> chleb pszenny 150g (1) masło 10g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmietanką 40g (7) dżem truskawkowy 30g sałata 30g herbata 250 ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna-150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka drobiowa 50g (9) jajko gotowane 2 szt/klasy L (3) ketchup 20g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka duszony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok owocowy 100% 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> chleb mieszany 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmietanką 80g (7) dżem truskawkowy 30g ogórek zielony 50g herbata 250 ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna-150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka drobiowa 50g (9) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) ketchup 20g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (9) - Filet z piersi kurczaka duszony faszerowany szpinakiem i fetą 150 g (1,7) sos własny 100 ml (1) ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok owocowy 100% 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> chleb mieszany 150g (1) masło 10g (7) szynka wieprzowa konserwowa 40g (9) twarożek ze śmietanką 40g (7) dżem truskawkowy 30g ogórek zielony 50g. herbata 250 ml

WTOREK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 686 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 42 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 860 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 520 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2366 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 101 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 270 g (w tym cukry: 74 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,2 g
Lekkostrawna	Kalorie: 665 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 38 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 860 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 520 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2345 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 270 g (w tym cukry: 73 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,2 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 555 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 29 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 46 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 810 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 4 g Błonnik: 10 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 530 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 30 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 54 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2195 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 93 g (w tym tłuszcze nasycone: 36 g) Węglowodany: 243 g (w tym cukry: 28 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,1 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 673 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 71 g (w tym cukry: 19 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 860 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 520 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2353 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 94 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 288 g (w tym cukry: 82 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,5 g
Bogato białkowa	Kalorie: 665 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 38 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 860 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 520 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2345 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 270 g (w tym cukry: 73 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,2 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 665 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 38 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 860 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 300 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 520 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 23 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2345 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 270 g (w tym cukry: 73 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,2 g

	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) połędwica drobiowa 50g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa grochowa 250ml (9) naleśniki z serem i musem jabłkowym 210g/3szt naleśnik + 100g ser biały+ 100g mus jabłkowy (1,3,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> drożdżówka z kruszanką i owocem (100g-120g 1 szt) (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%- 1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) Wątrobianka 50g (1,9) pomidor 50g sałata 30g herbata250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) połędwica drobiowa 50g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> jarzynowa z ryżem 250ml (1,9) naleśniki z serem i musem jabłkowym 210g/3szt naleśnik + 100g ser biały+ 100g mus jabłkowy (1,3,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> drożdżówka z kruszanką i owocem(100g-120g -1 szt (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%- 1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) Wątrobianka 50g (1,9) pomidor 50g sałata 30g herbata250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSMALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> połędwica drobiowa 50g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> jarzynowa z ryżem 250ml (1,9) ziemniaki gotowane 250g gzik 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> ciastka b/z cukru 120g (1,3,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) Wątrobianka 50g (1,9) pomidor 50g sałata 30g herbata250ml Posiłek nocny: Sałatka Gyros 60g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM WYDZIELANIA	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) połędwica drobiowa 50g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> jarzynowa z ryżem 250ml (1,9) ziemniaki gotowane 250g gzik łatwostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> drożdżówka z kruszanką i owocem(100g-120g -1 szt (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%- 1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) Twarożek 50g (1,9) pomidor 50g sałata 30g herbata250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) połędwica drobiowa 70g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> jarzynowa z ryżem 250ml (1,9) ziemniaki gotowane 250g gzik łatwostrawny 300g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> drożdżówka z kruszanką i owocem(100g-120g -1 szt (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%- 1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) połędwica sopočka 70g (1,9) sałata 30g pomidor 40g herbata250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) połędwica drobiowa 50g (9) ser żółty 50g (7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> jarzynowa z ryżem 250ml (1,9) naleśniki z serem i musem jabłkowym 210g/3szt naleśnik + 100g ser biały+ 100g mus jabłkowy (1,3,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> drożdżówka z kruszanką i owocem(100g-120g -1 szt (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%- 1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) <ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) Wątrobianka 50g (1,9) pomidor 50g sałata 30g herbata250ml

ŚRODA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 530 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 30 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 54 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 970 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 144 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 480 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 17 g (w tym tłuszcze nasycone: 7 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 37 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 555 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 33 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 2535 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 45 g) Węglowodany: 318 g (w tym cukry: 90 g) Błonnik: 23 g Sód: 3g
Lekkostrawna	Kalorie: 670 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 36 g (w tym tłuszcze nasycone: 18 g) Węglowodany: 67 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 970 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 144 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 10 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 480 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 17 g (w tym tłuszcze nasycone: 7 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 37 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 555 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 33 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 2625 kcal Białko: 74 g Tłuszcze: 116 g (w tym tłuszcze nasycone: 52 g) Węglowodany: 314 g (w tym cukry: 77 g) Błonnik: 22 g Sód: 3,1 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 641 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 41 g (w tym tłuszcze nasycone: 19 g) Węglowodany: 48 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 7 g Sód: 1 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 127 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 264 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 9 g (w tym tłuszcze nasycone: 1 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 631 kcal Białko: 24 g Tłuszcze: 39 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 2456 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 119 g (w tym tłuszcze nasycone: 49 g) Węglowodany: 263 g (w tym cukry: 59 g) Błonnik: 24 g Sód: 3,2 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 630 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 12 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 127 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 480 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 17 g (w tym tłuszcze nasycone: 7 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 37 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 469 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 12 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 2499 kcal Białko: 66 g Tłuszcze: 103 g (w tym tłuszcze nasycone: 43 g) Węglowodany: 317 g (w tym cukry: 78 g) Błonnik: 23 g Sód: 3,1g
Bogato białkowa	Kalorie: 770 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g (w tym tłuszcze nasycone: 20 g) Węglowodany: 56 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 127 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 480 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 17 g (w tym tłuszcze nasycone: 7 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 37 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 667 kcal Białko: 24 g Tłuszcze: 40 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 1,2g	Kalorie: 2837 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 132 g (w tym tłuszcze nasycone: 56 g) Węglowodany: 303 g (w tym cukry: 77 g) Błonnik: 23 g Sód: 3,4g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 614 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 32 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 54 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 970 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 144 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 480 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 17 g (w tym tłuszcze nasycone: 7 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 37 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 555 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 33 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 2669 kcal Białko: 78 g Tłuszcze: 110 g (w tym tłuszcze nasycone: 47 g) Węglowodany: 330 g (w tym cukry: 86 g) Błonnik: 23 g Sód: 3,2 g

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna makaron drobny gotowany 150ml (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) serdelki drobiowe 100g (9) ketchup 30g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> Kapuśniak ze słodkiej kapusty 250ml (1,9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml z sokiem 30 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna makaron drobny gotowany 150ml (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) serdelki drobiowe 100g (9) ketchup 30g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> krem z dyni 250ml (9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml z sokiem 30ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) serdelki drobiowe 100g (9) ketchup 30g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> Kapuśniak ze słodkiej kapusty 250ml (1,9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml b/z cukru 30ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml Posiłek nocny: Paprykarz z łososiem 60g.
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna makaron drobny gotowany 150ml (1,3,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) serdelki drobiowe 100g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> krem z dyni 250ml (9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml z sokiem 30ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna makaron drobny gotowany 150ml (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) serdelki drobiowe 100g (9) połędwica wiśniowa 20g ketchup 30g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> krem z dyni 250ml (9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml z sokiem 30ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna makaron drobny gotowany 150ml (1,3,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) serdelki drobiowe 100g (9) pomidor 50 g kawa zbożowa 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> krem z dyni 250ml (9) filet z duszony w sosie pieczeniowym 100gr/100gr (1) Ryż gotowany 150g Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) kaszka manna 200ml z sokiem 30ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) ser mozzarella 40g (7) sałatka jarzynowa 60g (3) pomidor 50g herbata 250ml

CZWARTEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 743 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 39 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 72 g (w tym cukry: 9 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 840 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 20 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 215 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 1 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 49 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 576 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 48 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2374 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 95 g w tym tłuszcze nasycone: 39 g Węglowodany: 289 g w tym cukry: 76 g Błonnik: 25 g Sód: 2,6 g
Lekkostrawna	Kalorie: 774 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 44 g (w tym tłuszcze nasycone: 18 g) Węglowodany: 73 g (w tym cukry: 13 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 860 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 215 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 1 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 49 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 576 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 48 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2425 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 102 g w tym tłuszcze nasycone: 40 g Węglowodany: 292 g w tym cukry: 80 g Błonnik: 25 g Sód: 2,7 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 643 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 37 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 47 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 840 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 20 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 170 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 1,5 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 27 g Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 678 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 37 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 58 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 9 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2331 kcal Białko: 89 g Tłuszcze: 97 g w tym tłuszcze nasycone: 39,5 g Węglowodany: 255 g w tym cukry: 83 g Błonnik: 29 g Sód: 2,6 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 710 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 45 g (w tym tłuszcze nasycone: 20 g) Węglowodany: 61 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 860 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 215 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 1 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 49 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 407 kcal Białko: 8 g Tłuszcze: 20 g (w tym tłuszcze nasycone: 9 g) Węglowodany: 48 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,3g	Kalorie: 2192 kcal Białko: 66 g Tłuszcze: 88 g w tym tłuszcze nasycone: 34 g Węglowodany: 280 g w tym cukry: 79 g Błonnik: 26 g Sód: 2,4 g
Bogato białkowa	Kalorie: 870 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 47 g (w tym tłuszcze nasycone: 19 g) Węglowodany: 75 g (w tym cukry: 12 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,7g	Kalorie: 860 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 215 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 1 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 49 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 707 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 44 g (w tym tłuszcze nasycone: 21 g) Węglowodany: 50 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2652 kcal Białko: 102 g Tłuszcze: 114 g w tym tłuszcze nasycone: 45 g Węglowodany: 296 g w tym cukry: 79 g Błonnik: 27 g Sód: 2,8 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 640 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 24 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 84 g (w tym cukry: 22 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,4g	Kalorie: 860 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1,6 g	Kalorie: 215 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 1 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 49 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 445 kcal Białko: 12 g Tłuszcze: 29 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 32 g (w tym cukry: 5 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,2g	Kalorie: 2160 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 76 g w tym tłuszcze nasycone: 31 g Węglowodany: 287 g w tym cukry: 87 g Błonnik: 27 g Sód: 2,2 g

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml ryż gotowany 50g (7) pieczywo 150g (1) bułka mleczna 1 szt (1,3,7) masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) ser żółty 50g (7) majonez 30g (3) ogórek kiszony 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> babka piaskowa 150 g (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%-1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 70g (7) szczypiorek 20g Pomidor 50g dżem 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml ryż gotowany 50g (7) pieczywo 150g (1) bułka mleczna 1 szt masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/ klasy L (3) ser śmietankowy 50g (7) salata 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> babka piaskowa 150 g (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%-1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 70g (7) Pomidor 50g dżem 30g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/ klasy L (3) ser śmietankowy 50g (7) ogórek kiszony 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> ciastka b/z cukru 120g. (1,3,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet. 70g (7) szczypiorek 20g pomidor 50g ogórek zielony 40g herbata 250ml <p>Posiłek nocny: II kolacja: Sałatka z selera</p>
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM WYDZIELANIA	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml ryż gotowany 50g (7) pieczywo pszenne 150g (1) bułka mleczna 1 szt masło 10g (7) szynka konserwowa 40g ser śmietankowy 50g (7) salata 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> babka piaskowa 150 g (1,3,7) woda niegazowana 500ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) twarożek naturalny 70g (7) Pomidor 50g dżem 30g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml ryż gotowany 50g (7) pieczywo 150g (1) bułka mleczna 1 szt masło 15g (7) jajko gotowane 2 szt/ klasy L (3) ser śmietankowy 50g (7) salata 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> babka piaskowa 150 g (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%-1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmiet 70g (7) wędlina drobiowa 30g Pomidor 50g dżem 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml ryż gotowany 50g (7) pieczywo mieszane 150g (1) bułka mleczna 1 szt masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt/ klasy L (3) ser śmietankowy 50g (7) salata 30g kawa zbożowa 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml z makaronem 50g (1,9) Mintaj gotowany 120g (7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> babka piaskowa 150 g (1,3,7) sok owocowy 200ml 100%-1 szt 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) twarożek ze śmiet 70g (7) Pomidor 50g dżem 30g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

1 TYDZIEŃ 06.06

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Sobota

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

PIĄTEK

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 778 kcal Białko: 24 g Tłuszcze: 46 g (w tym tłuszcze nasycone: 16 g) Węglowodany: 71 g (w tym cukry: 12 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 560 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 504 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 530 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 24 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 64 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 2372 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 108 g w tym tłuszcze nasycone: 35 g Węglowodany: 269 g w tym cukry: 73 g Błonnik: 19 g Sód: 1,6 g
Lekkostrawna	Kalorie: 726 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 87 g (w tym cukry: 16 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 560 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 504 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 552 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 2342 kcal Białko: 75 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 34 g) Węglowodany: 284 g (w tym cukry: 77 g) Błonnik: 19 g Sód: 1,6 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 618 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 32 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 14 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 560 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 264 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 9 g (w tym tłuszcze nasycone: 1 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 611 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 26 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 77 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 2053 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 84 g (w tym tłuszcze nasycone: 29 g) Węglowodany: 244 g (w tym cukry: 61 g) Błonnik: 25 g Sód: 1,6 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 553 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 32 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 54 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 560 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 504 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 508 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 19 g (w tym tłuszcze nasycone: 8 g) Węglowodany: 68 g (w tym cukry: 24 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 2125 kcal Białko: 65 g Tłuszcze: 89 g (w tym tłuszcze nasycone: 21 g) Węglowodany: 256 g (w tym cukry: 70 g) Błonnik: 18 g Sód: 1,4 g
Bogato białkowa	Kalorie: 916 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 45 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 93 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 590 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 58 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 10 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 504 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 26 g (w tym tłuszcze nasycone: 12 g) Węglowodany: 69 g (w tym cukry: 28 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 2619 kcal Białko: 93 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 37 g) Węglowodany: 294 g (w tym cukry: 78 g) Błonnik: 21 g Sód: 1,7 g
Oddział Dziecięcy diety podstawowa	Kalorie: 726 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 15 g) Węglowodany: 87 g (w tym cukry: 16 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 560 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 504 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 5 g) Węglowodany: 74 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 552 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 25 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 64 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,3 g	Kalorie: 2342 kcal Białko: 74 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 34 g) Węglowodany: 285 g (w tym cukry: 77 g) Błonnik: 19 g Sód: 1,5 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana wędzona 50g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g surówka wiosenna drobno tartą . 130g sos pietruszkowy 100 ml (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) jogurt owocowy 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana 40 g (9) Ogórek zielony bez skórki 50g sałata 30g ser mozzarella 40g (7) herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana 50g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g buraczki got. drobno tarte 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok Owocowy 100%-200ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana 40 g (9) Ogórek zielony bez skórki 50g sałata 30g ser mozzarella 40g (7) herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) pasztet zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana wędzona 50g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g buraczki got. drobno tarte 130g kompot z owocami b/z cukru (25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok Owocowy 100%-200ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana 40 g (9) Ogórek zielony bez skórki 50g sałata 30g ser mozzarella 40g (7) herbata 250ml Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) pasztet drobiowy zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana 50g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g buraczki got. drobno tarte 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok Owocowy 100%-200ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka gotowana 40 g (9) sałata 60g ser mozzarella 40g (7) herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana 70g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g buraczki got. drobno tarte 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok Owocowy 100%-200ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana 70 g (9) Ogórek zielony bez skórki 50g ser mozzarella 40g (7) sałata 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) pasztet zapiekany w kawałku 50g (1) szynka wieprzowa gotowana 50g (9) pomidor 50g kawa zbożowa 150ml mleko 200 ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,9) kotlet mielony duszony z mięsa z łopatki wieprzowej 130g (1,3) ziemniaki gotowane 250g buraczki got. drobno tarte 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> owoc sezonowy 1 szt. (200g-250g) Sok Owocowy 100%-200ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka gotowana 40 g (9) Ogórek zielony bez skórki 50g sałata 30g ser mozzarella 40g (7) herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

1 TYDZIEŃ 07.06

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Niedziela

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Sobota

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 687 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 36 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 76 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 1050 kcal Białko: 41 g Tłuszcze: 34 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 135 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 462 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 25 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,6	Kalorie: 2357 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 95 g (w tym tłuszcze nasycone: 37 g) Węglowodany: 291 g (w tym cukry: 75 g) Błonnik: 27 g Sód: 2,3 g
Lekkostrawna	Kalorie: 669 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 69 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 1050 kcal Białko: 41 g Tłuszcze: 34 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 135 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 489 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 38 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,6	Kalorie: 2366 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 282 g (w tym cukry: 76 g) Błonnik: 27 g Sód: 2,2 g
DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKOWYM I WYDZIELANIE SOKU WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 624 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 34 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 57 g (w tym cukry: 15 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 990 kcal Białko: 40 g Tłuszcze: 33 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 4 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 615 kcal Białko: 22,5 g Tłuszcze: 40,5 g (w tym tłuszcze nasycone: 18,5 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 9 g) Błonnik: 5,5 g Sód: 1 g	Kalorie: 2387 kcal Białko: 82,5 g Tłuszcze: 107,5 g (w tym tłuszcze nasycone: 44,5 g) Węglowodany: 261 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 26,5 g Sód: 2,6 g
DIETA LĄTWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/	Kalorie: 650 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 32 g (w tym tłuszcze nasycone: 12 g) Węglowodany: 71 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 1050 kcal Białko: 41 g Tłuszcze: 34 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 135 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 500 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 2358 kcal Białko: 78 g Tłuszcze: 94 g (w tym tłuszcze nasycone: 37 g) Węglowodany: 288 g (w tym cukry: 70 g) Błonnik: 27 g Sód: 2,5 g
Bogato białkowa	Kalorie: 689 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 69 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 1050 kcal Białko: 41 g Tłuszcze: 34 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 135 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 500 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 42 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 2397 kcal Białko: 82 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 286 g (w tym cukry: 70 g) Błonnik: 27 g Sód: 2,5 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 607 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 29 g (w tym tłuszcze nasycone: 11 g) Węglowodany: 64 g (w tym cukry: 11 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,4 g	Kalorie: 1050 kcal Białko: 41 g Tłuszcze: 34 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 135 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 12 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 489 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 28 g (w tym tłuszcze nasycone: 13 g) Węglowodany: 38 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 7 g Sód: 0,6	Kalorie: 2304 kcal Białko: 80 g Tłuszcze: 91 g (w tym tłuszcze nasycone: 36 g) Węglowodany: 277 g (w tym cukry: 70 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,2 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło15g (7) Kielbasa śląska drobiowa z wody 100 gr (9) musztarda 20g (9) papryka świeża 30g dżem truskawkowy 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej 100g z masłem 15g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	k	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) połędwica sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło15g (7) Kielbasa śląska drobiowa z wody 100 gr (9) ketchup 20g (9) papryka świeża 30g dżem truskawkowy 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej100g z masłem 15g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Ciasto jogurtowe z owocami 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) połędwica drobiowa z indyka 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło15g (7) Kielbasa śląska drobiowa z wody 100 gr (9) ketchup 20g (9) Salata 30g papryka świeża 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej100g z masłem 15g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	ciastka b/z cukru 120g. (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) połędwica drobiowa z indyka 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml Posiłek nocny: serek wiejski 150g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUĐZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA 7	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło10g (7) Wędlina drobiowa 50g papryka świeża 30g dżem truskawkowy 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej100g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Ciasto jogurtowe z owocami 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) połędwica drobiowa z indyka 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło15g (7) Kielbasa śląska drobiowa z wody 100 gr (9) ketchup 20g (9) papryka świeża 30g połędwica sopocka 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej100g z masłem 15g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Ciasto jogurtowe z owocami 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) połędwica drobiowa z indyka 70g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło10g (7) Kielbasa śląska drobiowa z wody 100 gr (9) ketchup 20g (9) papryka świeża 30g dżem truskawkowy 30g kawa zbożowa150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Rosół 250ml z makaronem 50g (1,3,9) kotlet de volaille z piersi drobiowej100g z masłem 15g (1,7) ziemniaki gotowane 250g sos koperkowy 100ml (1,7) Cukinia pieczona 120g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Ciasto jogurtowe z owocami 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) połędwica drobiowa z indyka 40g (9) twarożek ze śmiet. 40g (7) pomidor 50g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 08.06

PONIEDZIAŁEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 670 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 38 g (w tym tłuszcze nasycone: 18 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 6 g) Błonnik: 7 g Sód: 1,1g	Kalorie: 1030 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 123 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 400 kcal Białko: 12 g Tłuszcze: 18 g (w tym tłuszcze nasycone: 8 g) Węglowodany: 47 g (w tym cukry: 15 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2300 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 99 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 268 g (w tym cukry: 67 g) Błonnik: 25 g Sód: 3 g
Lekkostrawna	Kalorie: 670 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 38 g (w tym tłuszcze nasycone: 18 g) Węglowodany: 63 g (w tym cukry: 6 g) Błonnik: 7 g Sód: 1,1g	Kalorie: 1030 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 123 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 400 kcal Białko: 12 g Tłuszcze: 18 g (w tym tłuszcze nasycone: 8 g) Węglowodany: 47 g (w tym cukry: 15 g) Błonnik: 4 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2300 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 99 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 268 g (w tym cukry: 67 g) Błonnik: 25 g Sód: 3 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 510 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 30 g (w tym tłuszcze nasycone: 12 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 6 g) Błonnik: 9 g Sód: 1,1g	Kalorie: 1005 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 97 g w tym cukry: 4 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 480 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 20 g (w tym tłuszcze nasycone: 10 g) Węglowodany: 55 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 8 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2195 kcal Białko: 89 g Tłuszcze: 93 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 231 g (w tym cukry: 40 g) Błonnik: 31 g Sód: 3 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 614 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 24 g (w tym tłuszcze nasycone: 10 g) Węglowodany: 79 g (w tym cukry: 18 g) Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1030 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 123 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 415 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 20 g (w tym tłuszcze nasycone: 9 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2259 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 87 g (w tym tłuszcze nasycone: 35 g) Węglowodany: 277 g (w tym cukry: 74 g) Błonnik: 25 g Sód: 3,1 g
Bogato białkowa	Kalorie: 656 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 31 g (w tym tłuszcze nasycone: 14 g) Węglowodany: 72 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 6 g Sód: 1,5g	Kalorie: 1030 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 123 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 390 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 20 g (w tym tłuszcze nasycone: 9 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2276 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 94 g (w tym tłuszcze nasycone: 39 g) Węglowodany: 265 g (w tym cukry: 62 g) Błonnik: 25 g Sód: 3,4 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 700 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 35 g (w tym tłuszcze nasycone: 17 g) Węglowodany: 77 g (w tym cukry: 10 g) Błonnik: 6 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 1030 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 123 g w tym cukry: 26 g Błonnik: 10 g Sód: 1,5g	Kalorie: 200 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 8 g (w tym tłuszcze nasycone: 2 g) Węglowodany: 35 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 4 g Sód: 0g	Kalorie: 400 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 21 g (w tym tłuszcze nasycone: 9 g) Węglowodany: 38 g (w tym cukry: 8 g) Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2330 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 99 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 273 g (w tym cukry: 64 g) Błonnik: 25 g Sód: 3 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) majonez 30g (3) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9) ogórki zielone- [30g] (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron(świderki) drobny 250g gotowany (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Sok owocowy 100% 200ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka konserwowa 50g (9,10) twarożek ze śmietaną 50g (7) pomidor 40g sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) szynka wieprzowa gotowana wędzona wędzona 40g (10) ogórki zielone- [30g] (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron drobny gotowany 250g (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Sok owocowy 100% 200ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka konserwowa 50g (9,10) twarożek ze śmietaną 50g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) jajko gotowane 1 szt/klasy L (3) szynka wieprzowa gotowana wędzona wędzona 40g (10) ogórki zielone- [30g] (10) Kawa Inka 150ml (1,7) Mleko 200ml (7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron pełnoziarnisty gotowany 250g (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami b/z cukru 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Kefir naturalny 200ml. (7)	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka konserwowa 50g (9,10) twarożek ze śmietaną 50g (7) ogórek zielony 40g sałata 30g herbata 250ml Posiłek nocny: Sałatka z selera 60g (9)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) ser kanapkowy 30g (7) szynka wieprzowa gotowana wędzona wędzona 40g (10) ogórki zielone- [30g] (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron drobny gotowany 250g (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Sok owocowy 100% 200ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka konserwowa 50g (9,10) twarożek naturalny 50g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 10g (7) ser kanapkowy 30g (7) szynka wieprzowa gotowana wędzona wędzona 70g (10) ogórki zielone- [30g] (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron drobny gotowany 250g (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Sok owocowy 100% 200ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka konserwowa 70g (9,10) twarożek ze śmietaną 50g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml płatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) ser kanapkowy 30g (7) szynka wieprzowa gotowana wędzona wędzona 40g (10) ogórki zielone- [30g] (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa kalafiorowa 250ml (1,7) makaron drobny gotowany 250g (1,3) sos boloński mięsa wieprzowego 100g 200ml sosu/300ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Sok owocowy 100% 200ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka konserwowa 50g (9,10) twarożek ze śmietaną 50g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 09.06

WTOREK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

PONIEDZIAŁEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 786 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 73 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 5 g Sód: 1 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 668 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 46 g w tym tłuszcze nasycone: 23 g Węglowodany: 40 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 5 g Sód: 1 g	Kalorie: 2532 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 119 g (w tym tłuszcze nasycone: 51 g) Węglowodany: 281 g (w tym cukry: 85 g) Błonnik: 22 g Sód: 3 g
Lekkostrawna	Kalorie: 786 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 73 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 5 g Sód: 1 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 629 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 39 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 5 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 2493 kcal Białko: 78 g Tłuszcze: 112 g (w tym tłuszcze nasycone: 45 g) Węglowodany: 286 g (w tym cukry: 86 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,8 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 710 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 88 g w tym cukry: 19 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 830 kcal Białko: 36 g Tłuszcze: 27 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 108 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 14 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 792 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 52 g w tym tłuszcze nasycone: 23 g Węglowodany: 49 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 2490 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 107 g (w tym tłuszcze nasycone: 44 g) Węglowodany: 285 g (w tym cukry: 72 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,9 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIAŁANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 710 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 88 g w tym cukry: 19 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 617 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 41 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 4 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 2405 kcal Białko: 72 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 304 g (w tym cukry: 92 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,7 g
Bogato białkowa	Kalorie: 710 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 88 g w tym cukry: 19 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 792 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 52 g w tym tłuszcze nasycone: 23 g Węglowodany: 49 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 2580 kcal Białko: 83 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 44 g) Węglowodany: 305 g (w tym cukry: 96 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,8 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 710 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 88 g w tym cukry: 19 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 920 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 128 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1 g	Kalorie: 158 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g (w tym tłuszcze nasycone: 0 g) Węglowodany: 40 g (w tym cukry: 26 g) Błonnik: 2 g Sód: 0 g	Kalorie: 629 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 39 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 5 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 2417 kcal Białko: 75 g Tłuszcze: 95 g (w tym tłuszcze nasycone: 38 g) Węglowodany: 301 g (w tym cukry: 93 g) Błonnik: 23 g Sód: 2,8 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) Musztarda 30g (10) Papryka czerwona 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony 250ml zabieleny z drobnym makaronem 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) kapusta modra gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) serek homogenizowany na słodko 100-150g (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Pasta z makreli gotowanej w sosie pomidorowym 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) ketchup 30g (9) Pomidor 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony zabieleny 250ml z makaronem – 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) sos własny 100g (1) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) serek homogenizowany 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek 50g (7) Pasta z makreli gotowanej w sosie pomidorowym 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) ketchup 30g (9) Papryka czerwona 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony zabieleny 250ml z makaronem – 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) sos własny 100g (1) brokuł gotowany 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) serek homogenizowany naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) Pasta z makreli gotowanej w sosie pomidorowym 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml Posilek nocny: Jogurt naturalny 100g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) Pomidor 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony zabieleny 250ml z makaronem – 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) sos własny 100g (1) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) Pasta z makreli gotowanej w sosie pomidorowym 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) Szynka drobiowa 20g. (9,10) ketchup 30g (9) Pomidor 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony zabieleny 250ml z makaronem – 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) sos własny 100g (1) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) serek homogenizowany 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Pasta z makreli gotowanej w sosie pomidorowym 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) Parówka drobiowa 100g na gorąco (9,10) ketchup 30g (9) Pomidor 40g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz czerwony zabieleny 250ml z makaronem – 50g (1,3,7) szynka wieprzowa gotowana w sosie własnym 130g pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) sos własny 100g (1) brokuł gotowany 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) serek homogenizowany 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) Ser żółty 30g (7) Twarożek 50g (7) Salata 30g Pomidor 50g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 10.06

ŚRODA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

WTOREK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 661 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 606 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 87 g w tym cukry: 22 g Błonnik: 7 g Sód: 1,5 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 661 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 41 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 4 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 2114 kcal Białko: 83 g Tłuszcze: 106 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 210 g (w tym cukry: 56 g) Błonnik: 17 g Sód: 3,3g
Lekkostrawna	Kalorie: 661 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 14 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 94 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 9 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 661 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 41 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 4 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 2117 kcal Białko: 84 g Tłuszcze: 103 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 217 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 19 g Sód: 2,5 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 548 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 42 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 14 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 94 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 9 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 717 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 2260 kcal Białko: 83 g Tłuszcze: 107 g (w tym tłuszcze nasycone: 41 g) Węglowodany: 215 g (w tym cukry: 50 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,5 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIALENIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY NASYCONYCH	Kalorie: 691 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 68 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 3 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 14 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 94 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 9 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 633 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 54 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 5 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 2119 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 92 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 239 g (w tym cukry: 55 g) Błonnik: 19 g Sód: 2,5 g
Bogato białkowa	Kalorie: 661 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 14 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 94 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 9 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 610 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 2066 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 94 g (w tym tłuszcze nasycone: 41 g) Węglowodany: 216 g (w tym cukry: 53 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,5 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 661 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 609 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 14 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 94 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 9 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 186 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 23 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 575 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 33 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 55 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 5 g Sód: 1 g	Kalorie: 2031 kcal Białko: 79 g Tłuszcze: 95 g (w tym tłuszcze nasycone: 43 g) Węglowodany: 228 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,3 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml z drobnym makaronem gotowanym 50ml (1,7) Pieczywo 150g (1) Ser topiony 40g (7) szynka gotowana wieprzowa 50g (9,10) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml (7,9) filet z kurczaka panierowany smażony 130g (1,3) surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>Kaczka stopa z cynamonem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynkowa 50g (9,10) pomidor 50g dżem 40g Salata 30g herbata 250 ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml z drobnym makaronem gotowanym 50ml (1,7) Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana wieprzowa 50g (9,10) Ser topiony 40g (7) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa jarzynowa -250ml (7,9) filet z kurczaka duszony 130g ziemniaki 250g surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g sos śmietanowy 100ml (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>Kaczka stopa z cynamonem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynkowa 50g (9,10) pomidor 50g dżem 20g Salata 30g herbata 250 ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana wieprzowa 50g (9,10) Ser topiony 40g (7) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa jarzynowa -250ml (7,9) filet z kurczaka duszony 130g ziemniaki 250g surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g sos śmietanowy 100ml (7) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<p>Wafle Ryżowe 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynkowa 50g (9,10) pomidor 50g pasztet drobiowy 20g (9,10) ogórek zielony 40g herbata 250 ml Posiłek nocny: Sałatka Gyros (1,7,9)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml z drobnym makaronem gotowanym 50ml (1,7) Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka gotowana wieprzowa 50g (9,10) Ser topiony 40g (7) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa jarzynowa -250ml (7,9) filet z kurczaka duszony 130g ziemniaki 250g surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g sos śmietanowy 100ml (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>Kaczka stopa z cynamonem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynkowa 50g (9,10) pomidor 50g Salata 30g dżem 20g herbata 250 ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml z drobnym makaronem gotowanym 50ml (1,7) Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka gotowana wieprzowa 70g (9,10) Ser topiony 40g (7) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa jarzynowa -250ml (7,9) filet z kurczaka duszony 130g ziemniaki 250g surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g sos śmietanowy 100ml (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>Kaczka stopa z cynamonem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynkowa 70g (9,10) pomidor 50g Salata 30g dżem 20g herbata 250 ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna 150ml z drobnym makaronem gotowanym 50ml (1,7) Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka gotowana wieprzowa 50g (9,10) Ser topiony 40g (7) pomidory - 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa jarzynowa -250ml (7,9) filet z kurczaka panierowany smażony 130g (1,3) ziemniaki 250g surówka wiosenna drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g sos śmietanowy 100ml (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>Kaczka stopa z cynamonem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynkowa 50g (9,10) pomidor 50g ogórek zielony 40g dżem 20g herbata 250 ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 11.06

CZWARTEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

ŚRODA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 922 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 5 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 694 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 7 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 205 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 0 g Sód: 0 g	Kalorie: 766 kcal Białko: 29 g Tłuszcze: 52 g w tym tłuszcze nasycone: 24 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 4 g Sód: 1 g	Kalorie: 2587 kcal Białko: 91 g Tłuszcze: 116 g (w tym tłuszcze nasycone: 47 g) Węglowodany: 294 g (w tym cukry: 69 g) Błonnik: 16 g Sód: 3 g
Lekkostrawna	Kalorie: 922 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 5 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 570 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 7 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 98 g w tym cukry: 15 g Błonnik: 10 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 205 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 0 g Sód: 0 g	Kalorie: 732 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 50 g w tym tłuszcze nasycone: 24 g Węglowodany: 46 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 3 g Sód: 1 g	Kalorie: 2429 kcal Białko: 89 g Tłuszcze: 104 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 289 g (w tym cukry: 66 g) Błonnik: 18 g Sód: 3 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 598 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 47 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 694 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 7 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 264 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 9 g (w tym tłuszcze nasycone: 1 g) Węglowodany: 44 g (w tym cukry: 20 g) Błonnik: 1 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 823 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 54 g w tym tłuszcze nasycone: 26 g Węglowodany: 50 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 5 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 2379 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 116 g (w tym tłuszcze nasycone: 45 g) Węglowodany: 242 g (w tym cukry: 52 g) Błonnik: 19 g Sód: 2,9 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM WYDZIELANIA	Kalorie: 671 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 69 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 570 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 7 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 98 g w tym cukry: 15 g Błonnik: 10 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 205 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 0 g Sód: 0 g	Kalorie: 619 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 41 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 49 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 6 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 2065 kcal Białko: 64 g Tłuszcze: 88 g (w tym tłuszcze nasycone: 39 g) Węglowodany: 260 g (w tym cukry: 68 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,6 g
Bogato białkowa	Kalorie: 922 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 5 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 694 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 7 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 205 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 0 g Sód: 0 g	Kalorie: 712 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 44 g w tym tłuszcze nasycone: 22 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 2533 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 45 g) Węglowodany: 294 g (w tym cukry: 72 g) Błonnik: 15 g Sód: 3 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 922 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 11 g Błonnik: 5 g Sód: 1,2 g	Kalorie: 694 kcal Białko: 31 g Tłuszcze: 17 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 101 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 7 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 205 kcal Białko: 3 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 0 g Sód: 0 g	Kalorie: 591 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 4 g Sód: 1 g	Kalorie: 2412 kcal Białko: 79 g Tłuszcze: 104 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 289 g (w tym cukry: 68 g) Błonnik: 16 g Sód: 2,9 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Ser żółty 40g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) ogórek konserwowy 50g (10) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) wątróbka z drobiu smażona 200g z cebulką 30g kapusta kiszona gotowana 130g ziemniaki gotowane 250g sos szary 100ml (1) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) sok owocowy 100% 200 ml	<ul style="list-style-type: none"> masło 15g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) twarożek 40g (7) pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) ziemniaki gotowane 250g gzik lekkostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) sok owocowy 100% 200 ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSZAWIALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Pieczywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) twarożek 40g (7) pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) ziemniaki gotowane 250g gzik lekkostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) jogurt naturalny 200ml (7)	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) herbata 250ml Posiłek nocny: Serek wiejski granulowany 200g.
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczywo pszenne 150g (1) Masło 10g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) twarożek 40g (7) pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) ziemniaki gotowane 250g gzik lekkostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) sok owocowy 100% 200 ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) Salata 30g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 70g (9,10) twarożek 40g (7) pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) ziemniaki gotowane 250g gzik lekkostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) sok owocowy 100% 200 ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) Salata 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczywo mieszane 150g (1) Masło 10g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) twarożek 40g (7) pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pieczarkowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7) ziemniaki gotowane 250g gzik lekkostrawny 250g (7) masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) sok owocowy 100% 200 ml	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) południca z indyka 40g (9,10) Ser mozzarella 40g (7) Salatka jarzynowa 50g (7,9) Salata 30g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 12.06

PIĄTEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Śniadanie

Obiad

Podwieczorek

Kolacja

CZWARTEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 853 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 22 g Węglowodany: 81 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 630 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 104 g w tym cukry: 37 g Błonnik: 10 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 685 kcal Białko: 24 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 76 g w tym cukry: 29 g Błonnik: 5 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2262 kcal Białko: 77,5 g Tłuszcze: 92,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 285 g (w tym cukry: 97 g) Błonnik: 23,6 g Sód: 2,6g
Lekkostrawna	Kalorie: 853 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 22 g Węglowodany: 81 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 630 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 104 g w tym cukry: 37 g Błonnik: 10 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 685 kcal Białko: 24 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 76 g w tym cukry: 29 g Błonnik: 5 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2262 kcal Białko: 77,5 g Tłuszcze: 92,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 285 g (w tym cukry: 97 g) Błonnik: 23,6 g Sód: 2,6g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 715 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 44 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 55 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 7 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 671 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 100 g w tym cukry: 15 g Błonnik: 10 g Sód: 0,8 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 619 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 31 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 73 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 8 g Sód: 0,9g	Kalorie: 2099 kcal Białko: 69,5 g Tłuszcze: 90,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 252 g (w tym cukry: 52 g) Błonnik: 27,6 g Sód: 2,8g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 651 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 73 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 601 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 2 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 131 g w tym cukry: 41 g Błonnik: 7 g Sód: 0,5 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 554 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 63 g w tym cukry: 31 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1900 kcal Białko: 50,5 g Tłuszcze: 62,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 29 g) Węglowodany: 291 g (w tym cukry: 97 g) Błonnik: 19,6 g Sód: 2g
Bogato białkowa	Kalorie: 904 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 54 g w tym tłuszcze nasycone: 25 g Węglowodany: 74 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 6 g Sód: 1,1 g	Kalorie: 671 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 110 g w tym cukry: 37 g Błonnik: 10 g Sól: 2,0 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 606 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 27 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 77 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 3 g Sód: 0,6g	Kalorie: 2733 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 112 g (w tym tłuszcze nasycone: 48 g) Węglowodany: 344 g (w tym cukry: 114 g) Błonnik: 30 g Sód: 3,7g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 853 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 22 g Węglowodany: 81 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 6 g Sód: 1 g	Kalorie: 671 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 110 g w tym cukry: 37 g Błonnik: 10 g Sól: 2,0 g	Kalorie: 94 kcal Białko: 0,5 g Tłuszcze: 0,3 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 24 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 2,6 g Sód: 0 g	Kalorie: 604 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 27 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 77 g w tym cukry: 33 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2222 kcal Białko: 68,5 g Tłuszcze: 87,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 292 g (w tym cukry: 101 g) Błonnik: 21,6 g Sód: 2,5g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Zupa mleczna 150ml Płatki kukurydziane 20g (1,7) • Pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • pasta z jaj 100g z majonezem 20g/120g (3) • Salata 30g • ogórek kiszony 30 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza 120g w panierce 30g smażony (1,3,4)) • Ryż gotowany 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7)</p> <p>sok owocowy 100%-200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Dżem 50g • herbata 250 ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Mleko 150ml (7) • Zupa mleczna 150ml Płatki kukurydziane 20g (1,7) • Pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • pasta z jaj b/z majonezu 100g 20g/120g (3) • Salata 30g • pomidor 50 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza gotowany 150g (4) • Ryż gotowany 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7)</p> <p>sok owocowy 100%-200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Dżem 50g • herbata 250 ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Pieczywo razowe 150g (1) • masło 15g (7) • pasta z jaj 100g z majonezem 20g/120g (3) • Salata 30g • pomidor 50 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza gotowany 150g (4) • Ryż brązowy 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami b/z cukru 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml b/z cukru (1,7)</p> <p>Pomarańcza 1 szt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo razowe 150g (1) • masło 15g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Paszтет drobiowy 40g • herbata 250 ml • Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Zupa mleczna 150ml Płatki kukurydziane 20g (1,7) • Pieczywo pszenne 150g (1) • masło 10g (7) • pasta z jaj 100g b/z majonezu 20g/120g (3) • Salata 30g • pomidor 50 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza gotowany 150g (4) • Ryż gotowany 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7)</p> <p>Woda mineralna 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo pszenne 150g (1) • masło 10g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Dżem 50g • herbata 250 ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Mleko 150ml (7) • Zupa mleczna 150ml Płatki kukurydziane 20g (1,7) • Pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • pasta z jaj 120g z majonezem 20g/120g (3) • Salata 30g • pomidor 50 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza 120g w panierce 30g smażony (1,3,4)) • Ryż gotowany 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7)</p> <p>sok owocowy 100%-200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Dżem 50g • herbata 250 ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> • Kakao 150ml (1,7) • Mleko 150ml (7) • Zupa mleczna 150ml Płatki kukurydziane 20g (1,7) • Pieczywo mieszane 150g (1) • masło 10g (7) • pasta z jaj 100g z majonezem 20g/120g (3) • Salata 30g • pomidor 50 g 	<p>Zupa brokułowa 250ml z makaronem 50g (1,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • filet z dorsza 120g w panierce 30g smażony (1,3,4)) • Ryż gotowany 150g • sos pietruszkowy 100g (1) • Warzywa gotowane 130g <p>kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml</p>	<p>Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7)</p> <p>sok owocowy 100%-200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane 150g (1) • masło 10g (7) • twarożek ze śmietaną 50g (7) • pomidor 50g • Dżem 50g • herbata 250 ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 13.06

SOBOTA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Sobota

PIĄTEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 860 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 12 g Sód: 0,6g	Kalorie: 802 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 207 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 652 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 2521 kcal Białko: 68 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 340 g (w tym cukry: 107 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,2g
Lekkostrawna	Kalorie: 860 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 12 g Sód: 0,6g	Kalorie: 802 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 207 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 652 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 2521 kcal Białko: 68 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 340 g (w tym cukry: 107 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,2g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 460 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 48 g w tym cukry: 3 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 685 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 125 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 7 g Sód: 0,8g	Kalorie: 130 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 5 g w tym tłuszcze nasycone: 3 g Węglowodany: 16 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 703 kcal Białko: 17 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 66 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 1978 kcal Białko: 55 g Tłuszcze: 84 g (w tym tłuszcze nasycone: 39 g) Węglowodany: 255 g (w tym cukry: 56 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,4g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁADKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 860 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 12 g Sód: 0,6g	Kalorie: 802 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 207 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 441 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 54 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 7 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2310 kcal Białko: 58 g Tłuszcze: 79 g (w tym tłuszcze nasycone: 37 g) Węglowodany: 341 g (w tym cukry: 110 g) Błonnik: 25 g Sód: 2 g
Bogato białkowa	Kalorie: 860 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 35 g Błonnik: 12 g Sód: 0,6g	Kalorie: 802 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 207 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 867 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 51 g w tym tłuszcze nasycone: 25 g Węglowodany: 66 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 7 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2736 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 51 g) Węglowodany: 353 g (w tym cukry: 114 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,3g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 805 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 10 g Sód: 0,6g	Kalorie: 802 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,6g	Kalorie: 207 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 3 g w tym tłuszcze nasycone: 2 g Węglowodany: 43 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 0 g Sód: 0g	Kalorie: 652 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 40 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 2466 kcal Białko: 68 g Tłuszcze: 97 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 343 g (w tym cukry: 102 g) Błonnik: 23 g Sód: 2,2g

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna zacierka na mleku 150ml (1,3,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana wędzona 50g (9,10) Ser żółty 50g (7) ogórek konserwowy 30g (10) sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka duszona 150g surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (91) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) miód 25g ogórek 40g Salata 30g herbata 250 ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna zacierka na mleku 150ml (1,3,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana wędzona 50g (9,10) Ser kanapkowy 50g (7) Pomidor 50g sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka duszona 150g buraki gotowane drobno tarte 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) pomidor 50g Salata 30g miód 25g herbata 250 ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Pieczywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana wędzona 50g (9,10) Ser kanapkowy 50g (7) Pomidor 50g sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka duszona 150g surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) pomidor 50g ogórek 40g Salata 30g herbata 250 ml Posiłek nocny: Wafle ryżowe 100g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna zacierka na mleku 150ml (1,3,7) Pieczywo pszenne 150g (1) Masło 10g (7) Szynka gotowana wędzona 50g (9,10) Ser kanapkowy 50g (7) Pomidor 50g sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka got. 150g sos 100ml (1) buraki gotowane drobno tarte 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) pomidor 50g Salata 30g miód 25g herbata 250 ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna zacierka na mleku 150ml (1,3,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana wędzona 70g (9,10) Ser kanapkowy 50g (7) Pomidor 50g sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka duszona 150g buraki gotowane drobno tarte 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) ser mozzarella 20g (7) pomidor 50g Salata 30g herbata 250 ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna zacierka na mleku 150ml (1,3,7) Pieczywo mieszane 150g (1) Masło 10g (7) Szynka gotowana wędzona 50g (9,10) Ser kanapkowy 50g (7) Pomidor 50g sałata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik 250ml (1,9) ćwiartka z kurczaka duszona 150g buraki gotowane drobno tarte 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt (150-200g) Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 15g (7) południca sopocka ze schabu wieprzowa 40g (9,10) pomidor 50g Salata 30g miód 25g herbata 250 ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman

2 TYDZIEŃ 14.06

NIEDZIELA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

SOBOTA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Sobota

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 773 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 69 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 651 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 37 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 6 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2212 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 103 g (w tym tłuszcze nasycone: 47 g) Węglowodany: 241 g (w tym cukry: 52 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,3g
Lekkostrawna	Kalorie: 773 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 69 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 651 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 37 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 6 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2212 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 103 g (w tym tłuszcze nasycone: 47 g) Węglowodany: 241 g (w tym cukry: 52 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,3g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 683 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 46 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 47 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 9 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 384 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 19 g w tym cukry: 4 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1855 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 93 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 185 g (w tym cukry: 47 g) Błonnik: 24 g Sód: 2g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 558 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 27 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 5 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 372 kcal Białko: 12 g Tłuszcze: 21 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 34 g w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1718 kcal Białko: 69 g Tłuszcze: 69 g (w tym tłuszcze nasycone: 32 g) Węglowodany: 209 g (w tym cukry: 48 g) Błonnik: 20 g Sód: 2g
Bogato białkowa	Kalorie: 694 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 20 g Węglowodany: 54 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 651 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 37 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 6 g Sód: 0,8g	Kalorie: 2133 kcal Białko: 80 g Tłuszcze: 103 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 226 g (w tym cukry: 53 g) Błonnik: 25 g Sód: 2,3g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 627 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 37 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 58 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 7 g Sód: 1g	Kalorie: 600 kcal Białko: 30 g Tłuszcze: 15 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 90 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 10 g Sód: 0,5g	Kalorie: 188 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 6 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 29 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 555 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 54 g w tym cukry: 18 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1970 kcal Białko: 76 g Tłuszcze: 87 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 231 g (w tym cukry: 63 g) Błonnik: 23 g Sód: 2g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczycywo 150g (1) Masło 15g (7) Serdelki drobiowe z wody 100 gr (9, 10) musztarda 20g (9) papryka czerwona 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ – 250ml z makaronem gotowanym 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos pieczeniowy 100 ml (1) pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) Kapusta biała gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Sernik 150g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka biała wieprzowa gotowana 50g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) pomidor 40g sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczycywo 150g (1) Masło 15g (7) Serdelki drobiowe z wody 100 gr (9, 10) ketchup 20g (10) papryka czerwona 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ -250ml z makaronem 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos musztardowy 100 ml (1,9,10) pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) fasolka szparagowa gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Sernik 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (97) szynka biała wieprzowa gotowana 50g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Pieczycywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) Serdelki drobiowe z wody 100 gr (9, 10) ketchup 20g (10) papryka czerwona 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ -250ml z makaronem 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos musztardowy 100 ml (1,9,10) Ziemniaki gotowane 250g fasolka szparagowa gotowana 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	Ciastka b/z cukru 150g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (97) szynka biała wieprzowa gotowana 50g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) pomidor 40g sałata 30g herbata 250ml Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczycywo pszenne 150g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 50 g (9, 10) Papryka czerwona 50g Dżem 40g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ -250ml z makaronem 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos musztardowy 100 ml (1,9,10) pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) fasolka szparagowa gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Sernik 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (97) szynka biała wieprzowa gotowana 50g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczycywo 150g (1) Masło 15g (7) Serdelki drobiowe z wody 100 gr (9, 10) ser mozzarella 20g (7) ketchup 20g (9) papryka czerwona 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ -250ml z makaronem 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos musztardowy 100 ml (1,9,10) pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) fasolka szparagowa gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Sernik 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (97) szynka biała wieprzowa gotowana 70g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) sałata 30g pomidor 40g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Kawa Inka 150ml (1,7) Zupa mleczna z kaszką manną 150ml (1,7) Pieczycywo 150g (1) Masło 15g (7) Serdelki drobiowe z wody 100 gr (9, 10) ketchup 20g (10) papryka czerwona 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ROSÓŁ -250ml z makaronem 50g (1,9) karkówka duszona 130g sos musztardowy 100 ml (1,9,10) pyzy drożdżowe z pary 2 szt 135g-150g (1,3) fasolka szparagowa gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Sernik 150 g (1,3,7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (97) szynka biała wieprzowa gotowana 50g (9,10) twaróg ze śmietanką 40g (7) pomidor 40g sałata 30g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman 3 TYDZIEŃ 15.06

PONIEDZIAŁEK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

NIEDZIELA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 880 kcal Białko: 35 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 360 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 494 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 41 g w tym cukry: 4 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2714 kcal Białko: 106 g Tłuszcze: 131 g (w tym tłuszcze nasycone: 59 g) Węglowodany: 278 g (w tym cukry: 91 g) Błonnik: 23 g Sód: 2,8g
Lekkostrawna	Kalorie: 880 kcal Białko: 35 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 360 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 464 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 27 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 37 g w tym cukry: 3 g Błonnik: 5 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2684 kcal Białko: 105 g Tłuszcze: 129 g (w tym tłuszcze nasycone: 57 g) Węglowodany: 274 g (w tym cukry: 90 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,8g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAIALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 740 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 52 g w tym cukry: 2 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 320 kcal Białko: 8 g Tłuszcze: 10 g w tym tłuszcze nasycone: 1 g Węglowodany: 53 g w tym cukry: 1 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 532 kcal Białko: 19 g Tłuszcze: 29 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 49 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2572 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 122 g (w tym tłuszcze nasycone: 50 g) Węglowodany: 266 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,8g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 880 kcal Białko: 35 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 360 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 449 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 24 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 41 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2669 kcal Białko: 102 g Tłuszcze: 126 g (w tym tłuszcze nasycone: 57 g) Węglowodany: 278 g (w tym cukry: 94 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,8g
Bogato białkowa	Kalorie: 880 kcal Białko: 35 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 360 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 530 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 51 g w tym cukry: 7 g Błonnik: 5 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2750 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 130 g (w tym tłuszcze nasycone: 58 g) Węglowodany: 288 g (w tym cukry: 94 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,8g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 740 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 45 g w tym tłuszcze nasycone: 21 g Węglowodany: 52 g w tym cukry: 2 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 980 kcal Białko: 42 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 112 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 10 g Sód: 1,2g	Kalorie: 360 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 30 g w tym cukry: 20 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 339 kcal Białko: 10 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 34 g w tym cukry: 3 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2419 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 123 g (w tym tłuszcze nasycone: 57 g) Węglowodany: 228 g (w tym cukry: 67 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,8g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna kaszka manna 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9,10) pomidor 50g Salata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) placki ziemniaczane 3 szt smażone/ 210g (1,3,9) sos pieczarkowy z pieczarkami 150ml (1,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) kielbasa żywiecka sucha 40 g (9,10) pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30g (7) herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna kaszka manna 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9,10) Salata 30g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) Jajko sadzone 2 szt (3) Ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 130g (9) Sos koperkowy 150ml (1,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30 g (7) herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ILOŚCIĄ TŁUSZCZYW I WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9,10) pomidor 50g Salata 30g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) Jajko sadzone 2 szt (3) Ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 130g (9) Sos koperkowy 150ml (1,7) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt. Jogurt naturalny 100-150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30 g (7) herbata 250ml Posiłek nocny: sałatka grecka 80g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna kaszka manna 150ml (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) Masło 10g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9,10) Salata 30g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) Jajko sadzone 3 szt (3) Ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 130g (9) Sos koperkowy 150ml (1,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Woda mineralna 500ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30 g (7) herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna kaszka manna 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 70g (9,10) Salata 30g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) Jajko sadzone 2 szt (3) Ziemniaki gotowane 250g Surówka wiosenna 130g (9) Sos koperkowy 150ml (1,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka z piersi kurczaka 70g pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30 g (7) herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna kaszka manna 150ml (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) Masło 15g (7) Mleko 200ml (7) szynka wieprzowa gotowana wędzona 40g (9,10) Salata 30g Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 250ml (3,7) placki ziemniaczane 3 szt smażone/ 210g (1,3,9) sos pieczarkowy z pieczarkami 150ml (1,7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 50 g papryka czerwona 30g serek naturalny do smarowania 30 g (7) herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman 3 TYDZIEŃ 16.06
WTOREK

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
-----------	-------	--------------	---------

PONIEDZIAŁEK
Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 720 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9g	Kalorie: 820 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2294 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 80 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 309 g (w tym cukry: 87 g) Błonnik: 27 g Sód: 3g
Lekkostrawna	Kalorie: 720 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9g	Kalorie: 820 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2294 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 80 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 309 g (w tym cukry: 87 g) Błonnik: 27 g Sód: 3g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 560 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 68 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 11 g Sód: 0,9g	Kalorie: 820 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2134 kcal Białko: 69 g Tłuszcze: 76 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 282 g (w tym cukry: 79 g) Błonnik: 32 g Sód: 3g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIALENIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z	Kalorie: 720 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9g	Kalorie: 830 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 23 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 122 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2304 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 81 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 311 g (w tym cukry: 87 g) Błonnik: 27 g Sód: 3g
Bogato białkowa	Kalorie: 760 kcal Białko: 32 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 820 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2334 kcal Białko: 79 g Tłuszcze: 82 g (w tym tłuszcze nasycone: 43 g) Węglowodany: 309 g (w tym cukry: 87 g) Błonnik: 27 g Sód: 3,1g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 720 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9g	Kalorie: 820 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 120 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 11 g Sód: 1g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0g	Kalorie: 620 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,1g	Kalorie: 2294 kcal Białko: 73 g Tłuszcze: 80 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 309 g (w tym cukry: 87 g) Błonnik: 27 g Sód: 3g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 50g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Budyń 200mlz sokiem 20ml (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet pieczony 40g (9,10) ser wędzony żółty 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 50g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Budyń 200ml z sokiem20ml (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet pieczony 40g (9,10) ser fromage 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g herbata 250ml II kolacja: serek wiejski 100g (7)
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 50g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> jogurt naturalny 100g (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) pasztet pieczony 40g (9,10) ser fromage 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g herbata 250ml Posiłek wieczorny: serek wiejski 100g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) szynka wieprzowa konserwowa 50g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa koperkowa 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Budyń 200ml z sokiem20ml (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) pasztet pieczony 40g (9,10) ser fromage 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) szynka wieprzowa konserwowa 70g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Budyń 200ml z sokiem20ml (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) masło 15g (7) pasztet pieczony 70g (9,10) ser fromage 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150ml płatki kukurydziane 20g (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) szynka wieprzowa konserwowa 50g (9,10) ogórek zielony 30 g ser mozzarella 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami 300ml (7,9) gzik 250g (7) ziemniaki z koperkiem 250g masło 10g (7) kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Budyń 200ml z sokiem 20ml (1,7) Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) pasztet pieczony 40g (9,10) ser fromage 40g (7) pomidory 50 g sałata 30g sałata 30g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman 3 TYDZIEŃ 17.06

ŚRODA

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

WTOREK
Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 428 kcal Białko: 18.7 g Tłuszcz: 22.4 g W tym tłuszcze nasycone: 9.8 g Węglowodany: 37.7 g W tym cukry: 4.5 g Błonnik: 7.1 g Sód: 0,5	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Suma kalorii: 402 kcal Suma białka: 14.3 g Suma tłuszczu: 23.1 g W tym tłuszczów nasyconych: 11.2 g Suma węglowodanów: 32.8 g W tym cukrów: 7.8 g Suma błonnika: 4.4 g Sód: 1g	Kalorie: 2090 kcal Białko: 92 g Tłuszcz: 83,5 g (w tym tłuszcze nasycone: 36 g) Węglowodany: 245,5 g (w tym cukry: 36,3 g) Błonnik: 24,5 g Sód: 2,6g
Lekkostrawna	Kalorie: 428 kcal Białko: 18.7 g Tłuszcz: 22.4 g W tym tłuszcze nasycone: 9.8 g Węglowodany: 37.7 g W tym cukry: 4.5 g Błonnik: 7.1 g Sód: 0,5	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Suma kalorii: 511 kcal Suma białka: 15.4 g Suma tłuszczu: 26.5 g W tym tłuszczów nasyconych: 11.1 g Suma węglowodanów: 53.3 g W tym cukrów: 11.5 g Suma błonnika: 4.7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2199 kcal Białko: 93,1 g Tłuszcz: 86,9 g (w tym tłuszcze nasycone: 35,9 g) Węglowodany: 266 g (w tym cukry: 40 g) Błonnik: 24,8 g Sód: 2,1g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 356 kcal Białko: 16.4 g Tłuszcz: 18.2 g W tym tłuszcze nasycone: 7.8 g Węglowodany: 30.4 g W tym cukry: 2.5 g Błonnik: 5.6 g Sód: 0,3	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 360 kcal Białko: 5 g Tłuszcz: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 65 g w tym cukry: 0 g Błonnik: 4 g Sód: 0,1g	Suma kalorii: 469 kcal Suma białka: 20.7 g Suma tłuszczu: 27.5 g W tym tłuszczów nasyconych: 12.8 g Suma węglowodanów: 35.8 g W tym cukrów: 5.4 g Suma błonnika: 7.9 g Sód: 1g	Kalorie: 2045 kcal Białko: 97,1 g Tłuszcz: 75,7 g (w tym tłuszcze nasycone: 31,6 g) Węglowodany: 246,2 g (w tym cukry: 21,9 g) Błonnik: 27,5 g Sód: 2,4g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIAŁANIE SOKU ŻOŁADKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z CYCLOANILIPYDAMI (TŁI IC 7711)	Kalorie: 699 kcal Białko: 16 g Tłuszcz: 30 g - w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 91 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 6 g Sód: 0,8g	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Suma kalorii: 395 kcal Suma białka: 16 g Suma tłuszczu: 23 g w tym tłuszczów nasyconych: 11 g Suma węglowodanów: 33 g w tym cukrów: 4 g Suma błonnika: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2354 kcal Białko: 91 g Tłuszcz: 91 g (w tym tłuszcze nasycone: 40 g) Węglowodany: 299 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,4g
Bogato białkowa	Kalorie: 320 kcal Białko: 13.8 g Tłuszcz: 18.6 g W tym tłuszcze nasycone: 9.2 g Węglowodany: 24.6 g W tym cukry: 2.2 g Błonnik: 4.6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 429 kcal Białko: 17.2 g Tłuszcz: 22.2 g w tym tłuszczów nasyconych: 9.6 g Węglowodany: 39.3 g w tym cukrów: 11.4 g Błonnik: 3.6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2009 kcal Białko: 90 g Tłuszcz: 78,8 g (w tym tłuszcze nasycone: 33,8 g) Węglowodany: 238,9 g (w tym cukry: 37,6 g) Błonnik: 21,2 g Sód: 2,1 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 320 kcal Białko: 13.8 g Tłuszcz: 18.6 g W tym tłuszcze nasycone: 9.2 g Węglowodany: 24.6 g W tym cukry: 2.2 g Błonnik: 4.6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 860 kcal Białko: 55 g Tłuszcz: 22 g w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 115 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 10 g Sód: 1g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Suma kalorii: 402 kcal Suma białka: 14.3 g Suma tłuszczu: 23.1 g W tym tłuszczów nasyconych: 11.2 g Suma węglowodanów: 32.8 g W tym cukrów: 7.8 g Suma błonnika: 4.4 g Sód: 1g	Kalorie: 1982 kcal Białko: 87,1 g Tłuszcz: 79,7 g (w tym tłuszcze nasycone: 35,4 g) Węglowodany: 232,4 g (w tym cukry: 34 g) Błonnik: 22 g Sód: 2,6g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Makrela w sosie pomidorowym 80g (4,9) serek naturalny do smarowania 50g (7) Salata 30g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) kluski szare 300g gotowane (1,3,7) z boczkiem pieczonym 50g kapusta kiszona gotowana 130 g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) dżem 30g Papryka czerwona 40g masło 15g (7) herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Makrela w sosie pomidorowym 80g (4,9) serek naturalny do smarowania 50g (7) Salata 30g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) pulpet duszony z mięsa wieprzowego z karkówki 100g (1,3) sos pietruszkowy 100ml (7) ziemniaki gotowane z koperkiem 250g marchewka gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) dżem 30g masło 15g (7) Papryka czerwona 40g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYŚWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) Makrela w sosie pomidorowym 80g (4,9) serek naturalny do smarowania 50g (7) Ogórek zielony 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) pulpet duszony z mięsa wieprzowego z karkówki 100g (1,3) sos pietruszkowy 100ml (7) ziemniaki gotowane z koperkiem 250g surówka z kapusty kiszonej 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Owoc sezonowy 1 szt. kefir naturalny 200ml (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) Papryka czerwona 40g masło 15g (7) herbata 250ml Posiłek nocny: : Sałatka z selera 80g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIALENIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) Półdewica sopocka 50g serek naturalny do smarowania 50g (7) sałata 30g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) pulpet duszony z mięsa wieprzowego z karkówki 100g (1,3) sos pietruszkowy 100ml (7) ziemniaki gotowane z koperkiem 250g marchewka gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Woda mineralna 500ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) dżem niskosłodzony 30g masło 15g (7) Papryka czerwona 40g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Makrela w sosie pomidorowym 80g (4,9) serek naturalny do smarowania 50g (7) Salata 30g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) pulpet duszony z mięsa wieprzowego z karkówki 100g (1,3) sos pietruszkowy 100ml (7) ziemniaki gotowane z koperkiem 250g marchewka gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) dżem niskosłodzony 30g masło 15g (7) Papryka czerwona 40g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) Makrela w sosie pomidorowym 80g (4,9) serek naturalny do smarowania 50g (7) Ogórek zielony 50g Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa warzywna 250ml (9) pulpet duszony z mięsa wieprzowego z karkówki 100g (1,3) sos pietruszkowy 100ml (7) ziemniaki gotowane z koperkiem 250g marchewka gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Sok owocowy 100% 200ml Owoc sezonowy 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) szynka wieprzowa biała gotowana 50g (9,10) ser kanapkowy 30g (7) dżem niskosłodzony 30g masło 15g (7) Papryka czerwona 40g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman 3 TYDZIEŃ 18.06
CZWARTEK -

Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

ŚRODA
Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 880 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 890 kcal Białko: 52 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 105 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 9 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 570 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 67 g - w tym cukry: 24 g Błonnik: 3 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 2474 kcal Białko: 109 g Tłuszcze: 94 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 299 g (w tym cukry: 76 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,8 g
Lekkostrawna	Kalorie: 880 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 860 kcal Białko: 50 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 8 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 557 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 30 g - w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 54 g - w tym cukry: 6 g Błonnik: 5 g Sód: 0,7 g	Kalorie: 2431 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 96 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 283 g (w tym cukry: 57 g) Błonnik: 21 g Sód: 2,9 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 880 kcal Białko: 36 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 85 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2g	Kalorie: 860 kcal Białko: 50 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 8 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 641 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 42 g - w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 42 g - w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 2515 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 45 g) Węglowodany: 261 g (w tym cukry: 53 g) Błonnik: 26 g Sód: 3,1 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁADKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 810 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 90g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 860 kcal Białko: 50 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 102 g w tym cukry: 12 g Błonnik: 8 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 417 kcal Białko: 11 g Tłuszcze: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 34 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 4 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 2221 kcal Białko: 96 g Tłuszcze: 84 g w tym tłuszcze nasycone: 36 g Węglowodany: 258 g (w tym cukry: 54 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,6 g
Bogato białkowa	Kalorie: 880 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 890 kcal Białko: 52 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 105 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 9 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 648 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 40 g - w tym tłuszcze nasycone: 19 g Węglowodany: 44 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 3 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 2552 kcal Białko: 111 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 47 g) Węglowodany: 276 g (w tym cukry: 58 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,8 g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 880 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 38 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 890 kcal Białko: 52 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 105 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 9 g Sód: 0,9 g	Kalorie: 134 kcal Białko: 1 g Tłuszcze: 0 g w tym tłuszcze nasycone: 0 g Węglowodany: 32 g w tym cukry: 25 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1 g	Kalorie: 536 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 34 g - w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 40 g - w tym cukry: 6 g Błonnik: 3 g Sód: 0,6 g	Kalorie: 2440 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 102 g (w tym tłuszcze nasycone: 46 g) Węglowodany: 272 g (w tym cukry: 58 g) Błonnik: 20 g Sód: 2,7 g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150mlpłatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo150g (7) masło 15g (7) galart z mięsa drobiowego 150g 90g mięsa/60ml zalewy (9) ocet 20g pasztet z pomidorami 30 g (1,9,10) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g mięsa/sos 200ml (1,9) kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Babka piaskowa 100g (1,3,7) Jogurt owocowy 150-200g (7)	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) ser mozzarella 50g (9,10) połędwica z indyka 50g (9,10) ponidor 50g sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150mlpłatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo150g (1) masło 15g (7) galart z mięsa drobiowego 150g 90g mięsa/60ml zalewy (9,10) pasztet z pomidorami 30 g (1,9,10) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g/sos 200ml kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Babka piaskowa 100g (1,3,7) jogurt owocowy 150- 200 ml (7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 50g (9,10) połędwica z indyka 50g (9,10) pomidor 50g sałata 30g masło 15 g (7) herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) galart z mięsa drobiowego 150g 90g mięsa/60ml zalewy (9,10) ocet 20g pasztet z pomidorami 30 g (1,9,10) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g/sos 200ml kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami bez cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Ciastka b/z cukru 100g (1,3,7) Jogurt naturalny 100-150g. (7) 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 50g (7) połędwica z indyka 50g (9,10) pomidor 50g sałata 30g masło 15 g (7) herbata 250ml Posiłek wieczorny: Chleb żytni razowy 80g. (1) Masło 10g. (7) Połędwica z piersi kurczaka 20g. Sałata 1 listek
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150mlpłatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) galart z mięsa drobiowego 150g 90g mięsa/60ml zalewy (9,10) pasztet z pomidorami 30 g (1,9,10) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g/sos 200ml kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Babka piaskowa 100g (1,3,7) jogurt owocowy 150- 200 ml (7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) ser mozzarella 50g (9,10) połędwica z indyka 50g (9,10) pomidor 50g sałata 30g masło 15 g (7) herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150mlpłatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo150g (1) masło 15g (7) galart z mięsa drobiowego 150g 90g mięsa/60ml zalewy (9,10) ocet 20g pasztet z pomidorami 50 g (1,9,10) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g/sos 200ml kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Babka piaskowa 100g (1,3,7) jogurt owocowy 150- 200 ml (7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser mozzarella 70g (9,10) połędwica z indyka 50g (9,10) pomidor 50g sałata 30g masło 15 g (7) herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna 150mlpłatki jęczmienne gotowane 50g (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) połędwica sopocka 40g pasztet z pomidorami 30 g (1,9,10) ogórek zielony 40g sałata 30g Kawa Inka 150ml (1,7) Mleko 200ml (7) 	<ul style="list-style-type: none"> barszcz ukraiński bez fasoli 250ml (9) gulasz z łopatki 130g/sos 200ml kasza jęczmienna gotowana 150g (1) buraczki drobno tarte zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	Babka piaskowa 100g (1,3,7) jogurt owocowy 150- 200 ml (7)	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) ser mozzarella 50g (9,10) połędwica z indyka 50g (9,10) pomidor 50g sałata 30g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman
PIĄTEK

3 TYDZIEŃ 19.06

Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

CZWARTEK -
Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 644 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 67 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 960 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 116 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 381 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 18 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 495 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 27 g - w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 48 g - w tym cukry: 7 g Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2480 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 107 g (w tym tłuszcze nasycone: 44 g) Węglowodany: 281 g (w tym cukry: 89 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,5g
Lekkostrawna	Kalorie: 644 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 67 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 960 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 116 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 381 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 18 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 495 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 27 g - w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 48 g - w tym cukry: 7 g Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2480 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 107 g (w tym tłuszcze nasycone: 44 g) Węglowodany: 281 g (w tym cukry: 89 g) Błonnik: 26 g Sód: 2,5g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 610 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 30 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 61 g w tym cukry: 13 g Błonnik: 6 g Sód: 0,9g	Kalorie: 920 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 74 g w tym cukry: 17 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 360 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 65 g w tym cukry: 0 g Błonnik: 4 g Sód: 0,1g	Kalorie: 682 kcal Białko: 22 g Tłuszcze: 38 g - w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 64 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 7 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2572 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 108 g (w tym tłuszcze nasycone: 44 g) Węglowodany: 264 g (w tym cukry: 40 g) Błonnik: 33 g Sód: 2,4g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 530 kcal Białko: 21 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 54 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 5 g Sód: 0,7g	Kalorie: 960 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 116 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 381 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 18 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 501 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 30 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 40 g - w tym cukry: 7 g Błonnik: 6 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2372 kcal Białko: 79 g Tłuszcze: 106 g (w tym tłuszcze nasycone: 42 g) Węglowodany: 260 g (w tym cukry: 83 g) Błonnik: 28 g Sód: 2,2g
Bogato białkowa	Kalorie: 562 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 25 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 58 g w tym cukry: 8 g Błonnik: 5 g Sód: 0,7g	Kalorie: 960 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 116 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 381 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 18 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 626 kcal Białko: 20 g Tłuszcze: 34 g - w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 55 g - w tym cukry: 12 g Błonnik: 5 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2529 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 109 g (w tym tłuszcze nasycone: 43 g) Węglowodany: 279 g (w tym cukry: 88 g) Błonnik: 27 g Sód: 2,2g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 582 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 26 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 62 g w tym cukry: 9 g Błonnik: 6 g Sód: 0,7g	Kalorie: 960 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 32 g w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 116 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 16 g Sód: 1g	Kalorie: 381 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 18 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 26 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 459 kcal Białko: 16 g Tłuszcze: 28 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 38 g - w tym cukry: 6 g Błonnik: 6 g Sód: 0,4g	Kalorie: 2382 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 104 g (w tym tłuszcze nasycone: 41 g) Węglowodany: 266 g (w tym cukry: 83 g) Błonnik: 29 g Sód: 2,2g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50g (1,3,7,9) dorsz panierowany smażony 100g (1,4) sos pietruszkowy 100 ml (1,7) surówka z kapusty kiszzonej 130g ziemniaki gotowane 250g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Placek drożdżowy z kruszonką i owocem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) twarożek ze śmietaną 100g (7) pomidory 50g Dżem 40g (1) herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,3,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50ml (1,3,7,9) dorsz duszony 100g (4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) ziemniaki gotowane 250g bukiet jarzyn got. 130g (9) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Placek drożdżowy z kruszonką i owocem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmietaną 100g (7) pomidory 50g Dżem 40g (1) herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50ml (1,3,7,9) dorsz duszony 100g (4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) ziemniaki gotowane 250g surówka z kapusty kiszzonej 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> ciastka b/z cukru 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmietaną 100g (7) pomidory 50g Dżem 40g (1) herbata 250ml Posiłek wieczorny: jogurt naturalny 150g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,3,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50ml (1,3,7,9) dorsz duszony 100g (4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) ziemniaki gotowane 250g bukiet jarzyn got. 130g (9) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Placek drożdżowy z kruszonką i owocem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo pszenne 150g (1) masło 10g (7) twarożek naturalny 100g (7) pomidory 50g Dżem 40g (1) herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,3,7) pieczywo 150g (1) bułka mleczna 1 szt (1,3,7) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50ml (1,3,7,9) dorsz duszony 100g (4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) ziemniaki gotowane 250g bukiet jarzyn got. 130g (9) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Placek drożdżowy z kruszonką i owocem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) twarożek ze śmietaną 100g (7) pomidory 50g Dżem 40g (1) herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,3,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 15g (7) Salatka jarzynowa 80g (3) ogórek zielony 30g Kakao 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> zupa pomidorowa 250ml z makaronem 50ml (1,3,7,9) dorsz duszony 100g (4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) ziemniaki gotowane 250g bukiet jarzyn got. 130g (9) kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Placek drożdżowy z kruszonką i owocem 100g (1,3,7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane 150g (1) masło 10g (7) twarożek ze śmietaną 100g (7) pomidory 50g salatka gyros 40g (7) herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman
Sobota

3 TYDZIEŃ 20.06

Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

PIĄTEK
Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 591 kcal Białko: 17,6 g Tłuszcz: 27,8 g W tym tłuszcze nasycone: 12,6 g Węglowodany: 65,2 g W tym cukry: 5,5 g Błonnik: 5,4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 890 kcal Białko: 35 g Tłuszcz: 22 g W tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 140 g W tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sól Sód: 0,5g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 524 kcal Białko: 15 g Tłuszcz: 25 g W tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 60 g W tym cukry: 25 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2317 kcal Białko: 71,6 g Tłuszcz: 85,8 g (w tym tłuszcze nasycone: 40,6 g) Węglowodany: 315,2 g (w tym cukry: 77,5 g) Błonnik: 17,4 g Sód: 1,6g
Lekkostrawna	Kalorie: 508 kcal Białko: 16,1 g Tłuszcz: 30,3 g W tym tłuszcze nasycone: 12,7 g Węglowodany: 45,9 g W tym cukry: 6,1 g Błonnik: 7,1 g Sód: 0,5g	Kalorie: 890 kcal Białko: 35 g Tłuszcz: 22 g W tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 140 g W tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 524 kcal Białko: 15 g Tłuszcz: 25 g W tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 60 g W tym cukry: 25 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2234 kcal Białko: 70,1 g Tłuszcz: 88,3 g (w tym tłuszcze nasycone: 40,7 g) Węglowodany: 295,9 g (w tym cukry: 78,1 g) Błonnik: 19,1 g Sód: 1,6g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 468 kcal Białko: 15,2 g Tłuszcz: 21,2 g W tym tłuszcze nasycone: 8,7 g Węglowodany: 55,5 g W tym cukry: 2,8 g Błonnik: 8,7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 710 kcal Białko: 45 g Tłuszcz: 18 g W tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 95 g W tym cukry: 10 g Błonnik: 8 g Sód: 0,7g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 425 kcal Białko: 9 g Tłuszcz: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 40 g - w tym cukry: 6 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1915 kcal Białko: 73,2 g Tłuszcz: 76,2 g (w tym tłuszcze nasycone: 33,7 g) Węglowodany: 240,5 g (w tym cukry: 35,8 g) Błonnik: 24,7 g Sód: 1,8g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kalorie: 477 kcal Białko: 10,7 g Tłuszcz: 20,2 g W tym tłuszcze nasycone: 8,3 g Węglowodany: 65,4 g W tym cukry: 4,4 g Błonnik: 7,2 g Sód: 0,5g	Kalorie: 890 kcal Białko: 35 g Tłuszcz: 22 g W tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 140 g W tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 529 kcal Białko: 10 g Tłuszcz: 24 g - w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 70 g - w tym cukry: 32 g Błonnik: 4 g Sód: 0,3g	Kalorie: 2208 kcal Białko: 59,7 g Tłuszcz: 77,2 g (w tym tłuszcze nasycone: 36,3 g) Węglowodany: 325,4 g (w tym cukry: 83,4 g) Błonnik: 19,2 g Sód: 1,4g
Bogato białkowa	Kalorie: 491 kcal Białko: 14,7 g Tłuszcz: 20,6 g W tym tłuszcze nasycone: 8,4 g Węglowodany: 60,6 g W tym cukry: 7,8 g Błonnik: 6,4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 890 kcal Białko: 35 g Tłuszcz: 22 g W tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 140 g W tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 513 kcal Białko: 11 g Tłuszcz: 25 g W tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 63 g W tym cukry: 27 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2206 kcal Białko: 64,7 g Tłuszcz: 78,6 g (w tym tłuszcze nasycone: 34,4 g) Węglowodany: 313,6 g (w tym cukry: 81,8 g) Błonnik: 18,4 g Sód: 1,6g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 505 kcal Białko: 14,8 g Tłuszcz: 26,6 g W tym tłuszcze nasycone: 12,3 g Węglowodany: 55,3 g W tym cukry: 7,5 g Błonnik: 6,7 g Sód: 0,5g	Kalorie: 890 kcal Białko: 35 g Tłuszcz: 22 g W tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 140 g W tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 0,5g	Kalorie: 312 kcal Białko: 4 g Tłuszcz: 11 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 50 g - w tym cukry: 17 g Błonnik: 2 g Sód: 0,1g	Kalorie: 524 kcal Białko: 15 g Tłuszcz: 25 g W tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 60 g W tym cukry: 25 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2231 kcal Białko: 68,8 g Tłuszcz: 84,6 g (w tym tłuszcze nasycone: 40,3 g) Węglowodany: 305,3 g (w tym cukry: 79,5 g) Błonnik: 18,7 g Sód: 1,6g

Podstawowa	Zupa mleczna 150ml zacierka 50g (1,3,7) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa pieczona 2 szt • ziemniaki gotowane 250g • sos ciemny 100g (1) • surówka coleslaw drobno tarta 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	• galaretka 175g • Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml	• pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • powidła sliwkowe 30g • sałata 30g • papryka czerwona 40g herbata 250ml
Lekkostrawna	Zupa mleczna 150ml zacierka 50g (1,9) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa duszona 2szt • sos ciemny 100g (1) • ziemniaki gotowane 250g • marchew gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	• galaretka 175g Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml	• pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • dżem truskawkowy 30g • sałata 30g • pomidor 40g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Pieczywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa duszona 2szt • sos ciemny 100g (1) • ziemniaki gotowane 250g • surówka coleslaw drobno tarta 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml	• jogurt naturalny 200ml (7) Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml	• pieczywo razowe 150g (1) • masło 15g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • sałata 30g • papryka czerwona 40g Posiłek wieczorny: Twarożek z koperkiem 60g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z	Zupa mleczna 150ml zacierka 50g (1,9) Pieczywo pszenne 150g (1) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa duszona 2szt • sos ciemny 100g (1) • ziemniaki gotowane 250g • marchew gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	• galaretka 175g Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml	• pieczywo pszenne 150g (1) • masło 10g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • dżem truskawkowy 30g • sałata 30g • pomidor 40g herbata 250ml
Bogato białkowa	Zupa mleczna 150ml zacierka 50g (1,9) Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa duszona 2szt • sos ciemny 100g (1) • ziemniaki gotowane 250g • marchew gotowana 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	• galaretka 175g Sok owocowy 100% 200 ml 100% 200 ml	• pieczywo 150g (1) • masło 15g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • dżem truskawkowy 30g • sałata 30g • pomidor 40g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Zupa mleczna 150ml zacierka 50g (1,9) Pieczywo mieszane 150g (1) Masło 15g (7) • parówki z kurczaka 100g(o zawartości mięsa powyżej 85%) (9,10) • ser żółty 50g (7) • ketchup 20g (9) • ogórek zielony 40g • Kawa Inka 150ml (1,7)	• krupnik 250ml (1,9) • pałka drobiowa duszona 2szt • sos ciemny 100g (1) • ziemniaki gotowane 250g • surówka coleslaw drobno tarta 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml	• kisiel słodzony 200ml z musem jabłkowym 50g (1) Sok owocowy 100% 200 ml	• pieczywo mieszane 150g (1) • masło 10g (7) • szynka z piersi kurczaka 40g (9,10) • pasztet z kurczaka pieczony 40g (1,9,10) • dżem truskawkowy 30g • sałata 30g • papryka 40g herbata 250ml

Gastro Irena Dzwonnik Krystman 3 TYDZIEŃ 21.06
Niedziela

Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 890 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1140 kcal Białko: 48 g Tłuszcze: 44 g w tym tłuszcze nasycone: 16 g Węglowodany: 132 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 14 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 660 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 3040 kcal Białko: 114 g Tłuszcze: 126 g (w tym tłuszcze nasycone: 57 g) Węglowodany: 328 g (w tym cukry: 91 g) Błonnik: 27 g Sód: 3,5g
Lekkostrawna	Kalorie: 890 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1120 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 130 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 13 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 660 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 3020 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 124 g (w tym tłuszcze nasycone: 56 g) Węglowodany: 326 g (w tym cukry: 91 g) Błonnik: 26 g Sód: 3,5g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 870 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 35 g w tym tłuszcze nasycone: 17 g Węglowodany: 85 g w tym cukry: 6 g Błonnik: 8 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1040 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 88 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 13 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 12 g w tym tłuszcze nasycone: 5 g Węglowodany: 50 g w tym cukry: 1 g Błonnik: 4 g Sód: 0,1g	Kalorie: 810 kcal Białko: 38 g Tłuszcze: 31 g w tym tłuszcze nasycone: 14 g Węglowodany: 72 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 6 g Sód: 1,1g	Kalorie: 3070 kcal Białko: 121 g Tłuszcze: 120 g (w tym tłuszcze nasycone: 51 g) Węglowodany: 295 g (w tym cukry: 47 g) Błonnik: 31 g Sód: 3,5g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY	Kalorie: 890 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1120 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 130 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 13 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 660 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 3020 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 124 g (w tym tłuszcze nasycone: 56 g) Węglowodany: 326 g (w tym cukry: 91 g) Błonnik: 26 g Sód: 3,5g
Bogato białkowa	Kalorie: 890 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1120 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 130 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 13 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 660 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 3020 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 124 g w tym tłuszcze nasycone: 56 g Węglowodany: 326 g w tym cukry: 91 g Błonnik: 26 g Sód: 3,5g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 890 kcal Białko: 34 g Tłuszcze: 36 g w tym tłuszcze nasycone: 18 g Węglowodany: 95 g w tym cukry: 14 g Błonnik: 6 g Sód: 1,2g	Kalorie: 1120 kcal Białko: 44 g Tłuszcze: 42 g w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 130 g w tym cukry: 42 g Błonnik: 13 g Sód: 1,2g	Kalorie: 350 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 18 g w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 45 g w tym cukry: 30 g Błonnik: 1 g Sód: 0,1g	Kalorie: 660 kcal Białko: 28 g Tłuszcze: 28 g w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 56 g w tym cukry: 5 g Błonnik: 6 g Sód: 1g	Kalorie: 3020 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 124 g w tym tłuszcze nasycone: 56 g Węglowodany: 326 g w tym cukry: 91 g Błonnik: 26 g Sód: 3,5g

Podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa drobiowa 100g (9,10) pomidor 50g ser topiony 25g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> żurek 250ml z jajkiem 1/2szt (1,3,7,9) zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos ciemny 100ml (1) pyzy drożdżowe z pary 2 szt (1,3) kapusta modra 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>placek z galaretką, kremem, owocem 150g (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo 150g (1) masło 15g (7) ser żółty 30g (7) połędwica z indyka 40g (9,10) ogórek konserwowy 30g (10) sałata 30g herbata 250ml
Lekkostrawna	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa drobiowa 100g (9,10) pomidor 50g ser kanapkowy 25g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> żurek 250ml z jajkiem 1/2szt (1,3,7,9) zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos musztardowy 100ml (1,9) pyzy drożdżowe z pary 2 szt (1,3) buraczki zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>placek z galaretką, kremem, owocem 150g (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) ser mozzarella 30g (7) połędwica z indyka 40g (9,10) dżem 50g sałata 30g pomidor 30g herbata 250ml
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	<ul style="list-style-type: none"> pieczywo razowe 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa drobiowa 100g (9,10) pomidor 50g ser kanapkowy 25g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> żurek 250ml z jajkiem 1/2szt (1,3,7,9) zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos musztardowy 100ml (1,9) ziemniaki gotowane 250g kapusta modra 130g kompot z owocami b/z cukru 250 ml 	<p>Ciastka b/z cukru 100g. (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo razowe 150g (1) Masło 15g (7) ser mozzarella 30g (7) połędwica z indyka 40g (9,10) ogórek konserwowy 30g (10) sałata 30g herbata 250ml Posiłek wieczorny: jogurt naturalny 150g (7)
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo pszenne 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa drobiowa 100g (9,10) pomidor 50g ser kanapkowy 25g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<p>Rosolnik 250ml (1,3,7,9)</p> <ul style="list-style-type: none"> zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos musztardowy 100ml (1,9) pyzy drożdżowe z pary 2 szt (1,3) buraczki zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>placek z galaretką, kremem, owocem 150g (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo pszenne 150g (1) Masło 10g (7) ser mozzarella 30g (7) połędwica z indyka 40g (9,10) dżem 50g sałata 30g pomidor 30g herbata 250ml
Bogato białkowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa 100g (9,10) pomidor 50g ser kanapkowy 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> żurek 250ml z jajkiem 1/2szt (1,3,7,9) zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos musztardowy 100ml (1,9) pyzy drożdżowe z pary 2 szt (1,3) buraczki zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>placek z galaretką, kremem, owocem 150g (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 150g (1) Masło 15g (7) ser mozzarella 30g (7) połędwica z indyka 70g (9,10) dżem 50g sałata 30g pomidor 30g herbata 250ml
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	<ul style="list-style-type: none"> zupa mleczna z kaszki manny 150ml (1,7) pieczywo mieszane 150g (1) masło 15g (7) biała kielbasa 100g (9,10) pomidor 50g ser kanapkowy 50g (7) Kawa Inka 150ml (1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> żurek 250ml z jajkiem 1/2szt (1,3,7,9) zraz wieprzowy duszony 200g(mięso 120g, ogórek 30g kielbasa 50g) (1) sos musztardowy 100ml (1,9) pyzy drożdżowe z pary 2 szt (1,3) buraczki zasmażane 130g kompot z owocami z cukrem(25g) 250 ml 	<p>placek z galaretką, kremem, owocem 150g (1,3,7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane 150g (1) Masło 10g (7) ser mozzarella 30g (7) połędwica z indyka 40g (9,10) dżem 50g sałata 30g pomidor 30g herbata 250ml

Niedziela
Szpital Średzki Serca Jezusowego Sp. z o. o.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Suma
Podstawowa	Kalorie: 525 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 58 g - w tym cukry: 8 g Błonnik: 4 g Sód: 1g	Kalorie: 643 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 95 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 8 g Sód: 0,7g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 465 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 27 g - w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 39 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2033 kcal Białko: 62 g Tłuszcze: 89 g w tym tłuszcze nasycone: 38 g Węglowodany: 252 g w tym cukry: 50 g Błonnik: 18 g Sód: 2,3g
Lekkostrawna	Kalorie: 540 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 31 g - w tym tłuszcze nasycone: 11 g Węglowodany: 49 g - w tym cukry: 5 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9g	Kalorie: 611 kcal Białko: 29 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 90 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 10 g Sód: 0,7g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 465 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 27 g - w tym tłuszcze nasycone: 13 g Węglowodany: 39 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2016 kcal Białko: 64 g Tłuszcze: 94 g w tym tłuszcze nasycone: 39 g Węglowodany: 238 g w tym cukry: 47 g Błonnik: 20 g Sód: 2,2g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kalorie: 407 kcal Białko: 15 g Tłuszcze: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 32 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,9g	Kalorie: 601 kcal Białko: 29 g Tłuszcze: 17 g - w tym tłuszcze nasycone: 6 g Węglowodany: 92 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 10 g Sód: 0,7g	Kalorie: 360 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 8 g w tym tłuszcze nasycone: 4 g Węglowodany: 65 g w tym cukry: 0 g Błonnik: 4 g Sód: 0,1g	Kalorie: 569 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 31 g - w tym tłuszcze nasycone: 15 g Węglowodany: 47 g - w tym cukry: 4 g Błonnik: 8 g Sód: 0,6g	Kalorie: 1937 kcal Białko: 67 g Tłuszcze: 82 g w tym tłuszcze nasycone: 34 g Węglowodany: 236 g w tym cukry: 36 g Błonnik: 25 g Sód: 2,3g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO/ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM WYDZIELANIA	Kalorie: 573 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 28 g - w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 61 g - w tym cukry: 4 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9g	Kalorie: 611 kcal Białko: 29 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 90 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 10 g Sód: 0,7g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 396 kcal Białko: 12 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 9 g Węglowodany: 44 g - w tym cukry: 5 g Błonnik: 4 g Sód: 0,5g	Kalorie: 1980 kcal Białko: 63 g Tłuszcze: 84 g w tym tłuszcze nasycone: 34 g Węglowodany: 255 g w tym cukry: 48 g Błonnik: 21 g Sód: 2,2g
Bogato białkowa	Kalorie: 580 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 32 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 53 g - w tym cukry: 5 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9g	Kalorie: 643 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 95 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 8 g Sód: 0,7g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 441 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 25 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 41 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2064 kcal Białko: 63 g Tłuszcze: 93 g w tym tłuszcze nasycone: 39 g Węglowodany: 249 g w tym cukry: 47 g Błonnik: 18 g Sód: 2,2g
Oddział Dziecięcy dieta podstawowa	Kalorie: 502 kcal Białko: 18 g Tłuszcze: 27 g - w tym tłuszcze nasycone: 10 g Węglowodany: 51 g - w tym cukry: 5 g Błonnik: 4 g Sód: 0,9g	Kalorie: 643 kcal Białko: 27 g Tłuszcze: 20 g - w tym tłuszcze nasycone: 7 g Węglowodany: 95 g - w tym cukry: 29 g Błonnik: 8 g Sód: 0,7g	Kalorie: 400 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 16 g w tym tłuszcze nasycone: 8 g Węglowodany: 60 g w tym cukry: 10 g Błonnik: 3 g Sód: 0,1g	Kalorie: 471 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 26 g - w tym tłuszcze nasycone: 12 g Węglowodany: 41 g - w tym cukry: 3 g Błonnik: 3 g Sód: 0,5g	Kalorie: 2016 kcal Białko: 63 g Tłuszcze: 89 g w tym tłuszcze nasycone: 37 g Węglowodany: 247 g w tym cukry: 47 g Błonnik: 18 g Sód: 2,2g

Legenda alergenów

Symbol	Nazwa	Opis
1	Zboża zawierające gluten	Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;(1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstały.
3	Jaja i produkty pochodne	
6	Soja i produkty pochodne	Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
7	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,b) laktitolu;
9	Seler i produkty pochodne	