

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-08-27		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Serek wiejski (7) 30g, *Szynka (1,6,9,10) 40g, *Pomidor 30g,	*Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Pianka na jogurcie (1,7) 150ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 100g, *Herbata 300ml, *Sałata 10g, *Sałatka jarzynowa z jajkiem (1,3,7,9) 30g, Kiełbasa podlaska (1,6,9,10) 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Paszтет drobiowy (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 193.46 g; Energia: 2786.48 kcal; Woda: 1305.80 g; Białko ogółem: 115.38 g; białko zwierzęce: 60.48 g; białko roślinne: 39.10 g; Tłuszcz: 104.39 g; Węglowodany ogółem: 380.29 g; Sód: 4056.43 mg; Potas: 5009.93 mg; Wapń: 578.68 mg; Witamina C: 139.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3537.62 ug; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;		
czwartek 2025-08-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą jaglaną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser żółty (7) 30g, *Jajko 1,5 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 80g, *Gruszka 100g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml,	*Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Pierogi ruskie z cebulką (1,3,7,9) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Sucharki 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Ogórek kiszony 100g, *Pasta z makreli wędzonej w pomidorach (1,3,4,9,10) 40g, *Sałata 10g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 109.44 g; Energia: 2926.50 kcal; Woda: 1041.69 g; Białko ogółem: 126.05 g; białko zwierzęce: 71.88 g; białko roślinne: 35.47 g; Tłuszcz: 133.29 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Sód: 5858.63 mg; Potas: 2990.64 mg; Wapń: 881.41 mg; Witamina C: 118.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2183.19 ug; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;		