Jadłospisy w dniu 2023-12-14 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-12-14 czwartek	ogólna	Zestaw kakao ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g ogórek kiszony(f) 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz węgierski 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z białej kapusty i porów 120 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g Kiełki 1 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata ogólna 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,6** **Białko ogółem [g] 106,1** **Tłuszcz [g] 88,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7** **Węglowodany ogółem [g] 330,9** **suma cukrów prostych [g] 77,5** **Sól [g] 8,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2**
	lekkostrawna	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,1** **Białko ogółem [g] 103,9** **Tłuszcz [g] 76,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34** **Węglowodany ogółem [g] 350,2** **suma cukrów prostych [g] 78,5** **Sól [g] 6,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	bezsolna	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,1** **Białko ogółem [g] 103,9** **Tłuszcz [g] 76,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34** **Węglowodany ogółem [g] 350,2** **suma cukrów prostych [g] 78,5** **Sól [g] 6,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	beztłuszczowa	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 411,7** **Białko ogółem [g] 103,9** **Tłuszcz [g] 72,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7** **Węglowodany ogółem [g] 350,2** **suma cukrów prostych [g] 78,5** **Sól [g] 6,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**

Własność Specjalistycznego Szpitala Ducha Świętego w Sandomierzu. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2023-12-14 KUCHNIA GŁÓWNA

2023-12-14 czwartek	kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml		Kleik z ryżu 300 ml		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9**
	papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por	Papka- bulion z mięsem 450 Por	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por	Papka- kasza manna/ ml 400 Por	Papka- ryż/ ml 450 Por		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 763,6 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 173,1 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,2**
	płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml	Zupa jarzynowa płynna 250 ml	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4**
	wątrobowa	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,1 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 349,9 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3**

Własność Specjalistycznego Szpitala Ducha Świętego w Sandomierzu. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2023-12-14 KUCHNIA GŁÓWNA

2023-12-14 czwartek	bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,7 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 102,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 1 081,6 suma cukrów prostych [g] 168,5 Sól [g] 269,6 Błonnik pokarmowy [g] 154,9**
	cukrzycowa	Zestaw kakao ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g chleb 500g 30 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g chleb 500g 30 g Szynka przecławska 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g chleb 500g 30 g Bekon z indyka 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,6**
	wrzodowa	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,1 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 349,9 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	wysokobiałkowa	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,1 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 350,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,3**

Własność Specjalistycznego Szpitala Ducha Świętego w Sandomierzu. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2023-12-14 KUCHNIA GŁÓWNA

2023-12-14 czwartek	dziecięca	Zestaw kakao dieta 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz mięsny 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,1** **Białko ogółem [g] 103,9** **Tłuszcz [g] 76,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34** **Węglowodany ogółem [g] 350,2** **suma cukrów prostych [g] 78,5** **Sól [g] 6,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	dziecięca og.	Zestaw kakao ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g jaja 50 g ogórek kiszony(f) 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka hrabiego 15 g pomidor (f) 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 450 ml Gulasz węgierski 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców swieżych i mrożonych 250 ml Surówka z białej kapusty i porów 120 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka przecławska 15 g Kiełki 1 g sok pomarańczowy 330 330 ml	Zestaw herbata ogólna 1 Por kiełbasa krakowska 60 g rukola(f) 10 g jogurt naturalny mały 150 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,6** **Białko ogółem [g] 106,1** **Tłuszcz [g] 88,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7** **Węglowodany ogółem [g] 330,9** **suma cukrów prostych [g] 77,5** **Sól [g] 8,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2**

Własność Specjalistycznego Szpitala Ducha Świętego w Sandomierzu. Wszelkie prawa zastrzeżone