

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

23.10.2023 poniedziałek

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twarożek z zieleciną 50g (7) herbata 250ml	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twarożek z zieleciną 50g (7) herbata 250ml	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) twarożek z zieleciną 50g (7) herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (1,7,9) ryż 200g Gulasz z szynki duszony 130g (1,7) Surówka z marchwi i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml	O. Położniczy: Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), marchewka gotowana z masłem i natką 120g (7) O. Pediatryczny: Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (1,7,9) ryż 200g Gulasz z szynki duszony 130g (1,7) Surówka z marchwi i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (1,7,9) Kasza gryczana 200g Gulasz z szynki duszony 130g (1,7) Surówka z marchwi i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Ciasto drożdżowe 100g (1,3) kawa mleczna 250ml (1,7)	Jabłko 1szt
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) jaja 1szt 50g (3) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	711	908	421	2 040
Białko ogółem [g]	39,3	27,4	16,5	83
Tłuszcz [g]	11,1	40,6	8,4	60
Węglowodany ogółem [g]	114,4	116,0	73,4	304
Sód [mg]	731	1 392	781	2 905
kw.tł. nasycone ogółem [g]	2,784	10,338	1,930	15
Błonnik pokarmowy [g]	2,9	8,5	4,4	16

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

24.10.2023 wtorek

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (7) bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (7) bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Krupnik jęczmienny z natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (1,3) Sałata z jogurtem naturalnym i koperkiem 50g, (7) herbata owocowa 250ml	Krupnik jęczmienny z natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (1,3) Buraczki gotowane tarte 120g O. Pediatryczny : Sałata z jogurtem naturalnym i koperkiem 50g, (7) herbata owocowa 250ml	Krupnik jęczmienny z natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (1,3) Sałata z jogurtem naturalnym i koperkiem 50g, (7) herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Kobiety ciężarne, karmiące: budyń 250g (1,7) Dzieci : jogurt owocowy (7) 1 szt.	Jabłko 1szt
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z mięsa i warzyw 80g (9) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) ser żółty 50g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z mięsa i warzyw 80g (9) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) ser twarogowy 30g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	703	733	537	1 973
Białko ogółem [g]	36,8	29,9	16,3	83
Tłuszcz [g]	11,0	29,5	22,2	63
Węglowodany ogółem [g]	114,9	97,7	75,6	288
Sód [mg]	1 017	1 435	523	2 975
kw.tł. nasycone ogółem [g]	2,759	5,823	5,169	14
Błonnik pokarmowy [g]	2,6	10,7	8,1	21

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

25.10.2023 środa

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) marmolada 50g, owoc 1szt herbata 250ml	płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) marmolada 50g owoc 1szt herbata 250ml o. położniczy: płatki owsiane na mleku 400ml. (1,7) o. ginekologiczny: mleko 250ml (7)	płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) ser żółty 50g (7) ogórek świeży 50g herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Zupa z zielonym groszkiem 400ml (1,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Klops wieprzowy pieczony 100g (1,3) w sosie koperkowym 100g (1,7) sałatka z pomidora z olejem rzepakowym i natką 120g herbata owocowa 250ml	O. Pediatryczny: Zupa z zielonym groszkiem 400ml (1,9), sałatka z pomidora z olejem rzepakowym i natką 120g O. Położniczy: Zupa z cukinii 400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 200g(1) Klops wieprzowy pieczony 100g (1,3) w sosie koperkowym 100g (1,7) marchewka gotowana z masłem i natką 120g (7) herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonym groszkiem 400ml (1, 9) Kasza jęczmienna 200g(1) Klops wieprzowy pieczony 100g (1,3) w sosie koperkowym 100g (1,7) sałatka z pomidora z olejem rzepakowym i natką 120g herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Kobiety karmiące, ciężarne: Jogurt naturalny 1szt (7) Dzieci: jogurt owocowy lub naturalny 1szt (7)	Jogurt naturalny 1szt (7)
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z jaj z zieleniną 80g (3) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z jaj z zieleniną 80g (3) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z jaj z zieleniną 80g (3) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) wędlina drobiowa 30g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	814	803	517	2 134
Białko ogółem [g]	30,7	38,2	13,0	82
Tłuszcz [g]	12,8	22,9	20,6	56
Węglowodany ogółem [g]	149,3	129,4	74,2	353
Sód [mg]	715	1 721	530	2 966
kw.tł. nasycone ogółem [g]	2,904	5,691	3,444	12
Błonnik pokarmowy [g]	7,4	20,2	4,7	32

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

26.10.2023 czwartek

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta a z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleciną 50g (7) herbata 250ml	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleciną 50g (7) herbata 250ml	kasza kukurydziana na mleku 400ml (7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleciną 50g (7) herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Rosół z makaronem i natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Porcja kurczaka 150g sałatka z buraczków i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml	Rosół z makaronem i natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Porcja kurczaka 150g sałatka z buraczków i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa 250ml	Rosół z makaronem i natką 400ml (1,9) Ziemniaki 200g porcja kurczaka 150g sałatka z buraczków i jabłek z olejem rzepakowym 120g herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Jabłko 1szt	Jabłko 1szt
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) ser żółty 50g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	711	843	421	1 975
Białko ogółem [g]	39,3	39,1	16,5	95
Tłuszcz [g]	11,1	40,5	8,4	60
Węglowodany ogółem [g]	114,4	89,7	73,4	278
Sód [mg]	731	330	781	1 842
kw.tł. nasycone ogółem [g]	2,784	6,830	1,930	12
Błonnik pokarmowy [g]	2,9	9,2	4,4	16

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-
tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

27.10.2023 piątek

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z jaj z zieleniną 50g (3), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z jaj z zieleniną 50g (3), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml o. ginekologiczny, o. pediatryczny : kawa zbożowa na mleku 250ml (1,7)	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) pasta z białek jaj z zieleniną 50g (3) pomidor 50g kawa zbożowa na mleku b/cukru 250ml (1,7)
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron z serem twarogowym i masłem(1,7) 350g Jabłko 1szt herbata owocowa 250ml	O. Położniczy: Zupa z dyni z koperkiem 400ml (1,7,9,) O. Pediatryczny: Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron z serem twarogowym i masłem(1,7) 350g Jabłko 1szt herbata owocowa 250ml O. Położniczy, Ginekologia: ziemniaki 200g, filet z ryby (4) 100g, sałata z jogurtem (7) 50g herbata owocowa 250ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) 400ml (1,9) Ziemniaki 200g Filet z ryby 100g (4) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120g (7) herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Kobiety karmiące, ciężarne: Jogurt naturalny 1szt (7) Dzieci: Drożdżówka 1szt (1,3)	Jogurt naturalny 1szt (7)
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) sałatka jarzynowa z rybą gotowaną 150g (4,9) herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) O. położniczy: sałatka z marchwi i ryby gotowanej (ryba gotowana, marchew, jabłko, natka) 150g (4) O. pediatryczny: ser żółty 50g (7), sałata 30g lub pomidor 50g O. ginekologiczny: sałatka jarzynowa z rybą gotowaną 150g (4,9) herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) sałatka jarzynowa z rybą gotowaną 150g (4,9) herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) ser twarogowy chudy 50g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	761	766	484	2 011
Białko ogółem [g]	32,5	32,9	20,6	86
Tłuszcz [g]	19,7	23,0	11,6	54
Węglowodany ogółem [g]	114,8	121,8	79,2	316
Sód [mg]	749	1 593	1 119	3 461
kw.tł. nasycone ogółem [g]	3,778	10,523	2,185	16
Błonnik pokarmowy [g]	2,9	16,9	5,7	25

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

28.10.2023 sobota

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 400ml (7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleniną 50g (7) herbata 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml (7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleniną 50g (7) herbata 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml (7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) twaróg z zieleniną 50g (7) herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Barszcz czerwony z zieleniną 400ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1,3) Surówka z kapusty pekińskiej marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 120g Herbata owocowa 250ml	Barszcz czerwony z zieleniną 400ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1,3) O. Położniczy: sałata z jogurtem naturalnym i koperkiem 50g (7) O. Pediatriczny: Surówka z kapusty pekińskiej marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 120g Herbata owocowa 250ml	Barszcz czerwony z zieleniną 400ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1,3) Surówka z kapusty pekińskiej marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 120g Herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		jabłko 1szt	Jabłko 1szt
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g(7) ser żółty 30g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna j

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	741	748	421	1 911
Białko ogółem [g]	41,5	24,9	16,5	83
Tłuszcz [g]	12,1	46,1	8,4	67
Węglowodany ogółem [g]	117,5	64,9	73,4	256
Sód [mg]	763	1 386	781	2 930
kw.tł. nasycone ogółem [g]	3,379	10,176	1,930	15
Błonnik pokarmowy [g]	2,9	5,8	4,4	13

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-
tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

29.10.2023 niedziela

	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna karmiące, ciężarne, dzieci	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
I ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) marmolada 50g owoc 1szt herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) Bułka pszenna 100g (1) masło roślinne 10g (7) marmolada 50g owoc 1szt herbata 250ml o. położniczy: płatki owsiane na mleku 400ml. (1,7) o. ginekologiczny: mleko 250ml (7)	Płatki owsiane na mleku 400ml (1,7) chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*), ogórek świeży 50g herbata b/cukru 250ml
II ŚNIADANIE			
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem i natką 400ml (1,7, 9) ziemniaki 200g Kurczak w jarzynach 250g (1,7,9) herbata owocowa 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką 400ml (1,7,9) ziemniaki 200g o. pediatryczny : Kurczak w jarzynach 250g (1,7,9) o. położniczy: potrawka z kurczaka (1,7) 150g, cukinia gotowana z koperkiem 120g, herbata owocowa 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką 400ml (1,7,9) ziemniaki 200g Kurczak w jarzynach 250g (1,7,9) herbata owocowa b/cukru 250ml
PODWIECZOREK		Kobiety karmiące, ciężarne : jogurt naturalny 1szt (7) dzieci: jogurt owocowy 1szt (7)	Jogurt naturalny 1szt (7)
KOLACJA	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb pszenny 120g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata 250ml	chleb razowy 100g (1) masło roślinne 10g (7) wędlina drobiowa 50g (1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml
II KOLACJA			chleb razowy 50g (1) masło roślinne 5g (7) ser twarogowy chudy 30g (7) sałata 10g lub pomidor 50g herbata b/cukru 250ml

Wartość odżywcza dla diety łatwostrawna

	śniadanie	obiad	kolacja	suma
Energia [kcal]	826	767	433	2 026
Białko ogółem [g]	30,7	37,1	16,5	84
Tłuszcz [g]	12,8	40,3	8,4	62
Węglowodany ogółem [g]	152,3	71,3	76,4	300
Sód [mg]	715	1 466	781	2 962
kw.tł. nasycone ogółem [g]	2,904	9,956	1,930	15
Błonnik pokarmowy [g]	7,4	7,0	4,4	19

SPORZĄDZIŁA mgr Agata BirusWartości odżywcze dla diety lekkostrawnej:

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-
tubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DLA SZPITALA W BIŁGORAJU 23-29.10.2023

23.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
826	767	433	2 026
30,7	37,1	16,5	84
12,8	40,3	8,4	62
152,3	71,3	76,4	300
715	1 466	781	2 962
2,904	9,956	1,930	15
7,4	7,0	4,4	19

24.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
703	733	537	1 973
36,8	29,9	16,3	83
11,0	29,5	22,2	63
114,9	97,7	75,6	288
1 017	1 435	523	2 975
2,759	5,823	5,169	14
2,6	10,7	8,1	21

25.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
814	803	517	2 134
30,7	38,2	13,0	82
12,8	22,9	20,6	56
149,3	129,4	74,2	353
715	1 721	530	2 966
2,904	5,691	3,444	12
7,4	20,2	4,7	32

26.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
711	843	421	1 975
39,3	39,1	16,5	95
11,1	40,5	8,4	60
114,4	89,7	73,4	278
731	330	781	1 842
2,784	6,830	1,930	12
2,9	9,2	4,4	16

27.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
761	766	484	2 011
32,5	32,9	20,6	86
19,7	23,0	11,6	54
114,8	121,8	79,2	316
749	1 593	1 119	3 461
3,778	10,523	2,185	16
2,9	16,9	5,7	25

28.10.2023

śniadanie	obiad	kolacja	suma
741	748	421	1 911
41,5	24,9	16,5	83
12,1	46,1	8,4	67
117,5	64,9	73,4	256
763	1 386	781	2 930
3,379	10,176	1,930	15
2,9	5,8	4,4	13

29.10.2023

1- gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów