

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), szynka bartenicka 40g (1,2,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g(1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap. pekińskiej 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.13 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 97.81 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; Magnez: 374.99 mg; Sód: 2948.70 mg; Wapń: 983.91 mg; Żelazo: 12.40 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka bartenicka 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.70 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 77.03 g; Węglowodany ogółem: 416.30 g; Magnez: 393.54 mg; Sód: 2030.01 mg; Wapń: 921.98 mg; Żelazo: 11.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka bartenicka 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g,	krupnik 400ml b/soli (1,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Banan 1 szt, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1894.84 kcal; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 49.67 g; Węglowodany ogółem: 322.89 g; Magnez: 334.48 mg; Sód: 1572.34 mg; Wapń: 551.98 mg; Żelazo: 10.22 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 26.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka bartenicka 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1990.86 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; Magnez: 330.07 mg; Sód: 1515.53 mg; Wapń: 529.22 mg; Żelazo: 9.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1990.86 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; Magnez: 330.07 mg; Sód: 1515.53 mg; Wapń: 529.22 mg; Żelazo: 9.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.46 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Magnez: 356.72 mg; Sód: 1621.13 mg; Wapń: 662.32 mg; Żelazo: 12.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców	Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250 g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1335.69 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 54.39 g; Węglowodany ogółem: 154.54 g; Magnez: 217.11 mg; Sód: 1066.13 mg; Wapń: 1156.54 mg; Żelazo: 8.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 9.35 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1317.45 kcal; Białko ogółem: 71.65 g; Tłuszcz: 51.16 g; Węglowodany ogółem: 155.91 g; Magnez: 205.19 mg; Sód: 984.48 mg; Wapń: 1128.98 mg; Żelazo: 7.85 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 7.02 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.85 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; Magnez: 329.04 mg; Sód: 1871.01 mg; Wapń: 501.38 mg; Żelazo: 9.08 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka bartenka 50g (1,2,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.39 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 305.26 g; Magnez: 363.93 mg; Sód: 2186.72 mg; Wapń: 795.33 mg; Żelazo: 11.03 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka bartenka 50g (1,2,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap.	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.19 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 71.27 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; Magnez: 403.73 mg; Sód: 2184.12 mg; Wapń: 765.33 mg; Żelazo: 11.05 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1733.89 kcal; Białko ogółem: 68.29 g; Tłuszcz: 69.00 g; Węglowodany ogółem: 237.54 g; Magnez: 285.71 mg; Sód: 491.59 mg; Wapń: 542.04 mg; Żelazo: 8.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka bartenka 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.40 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 395.01 g; Magnez: 336.24 mg; Sód: 2496.43 mg; Wapń: 262.86 mg; Żelazo: 13.07 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 8.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.84 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 418.49 g; Magnez: 339.42 mg; Sód: 3247.66 mg; Wapń: 878.30 mg; Żelazo: 13.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 19.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Banan 1 szt.,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2040.92 kcal; Białko ogółem: 67.71 g; Tłuszcz: 61.54 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Magnez: 265.16 mg; Sód: 1063.17 mg; Wapń: 793.26 mg; Żelazo: 9.52 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap.	chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata b/c 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.24 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; Magnez: 451.53 mg; Sód: 2544.67 mg; Wapń: 807.38 mg; Żelazo: 14.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.87 g; Błonnik pokarmowy: 41.17 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Banan 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.46 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Magnez: 356.72 mg; Sód: 1621.13 mg; Wapń: 662.32 mg; Żelazo: 12.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , mandarynka 2 szt.,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*	Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt., Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2879.94 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 87.17 g; Węglowodany ogółem: 451.59 g; Magnez: 420.78 mg; Sód: 2071.17 mg; Wapń: 988.94 mg; Żelazo: 12.31 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb razowy 30g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.83 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 443.15 g; Magnez: 433.29 mg; Sód: 2884.79 mg; Wapń: 1282.27 mg; Żelazo: 17.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2988.88 kcal; Białko ogółem: 127.60 g; Tłuszcz: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 466.10 g; Magnez: 416.39 mg; Sód: 3521.49 mg; Wapń: 1263.52 mg; Żelazo: 15.39 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Grycikowa 300ml (1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.17 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; Magnez: 280.23 mg; Sód: 2521.65 mg; Wapń: 544.35 mg; Żelazo: 12.86 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), jabłko deserowe 1 szt, Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.36 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 71.64 g; Węglowodany ogółem: 405.65 g; Magnez: 353.21 mg; Sód: 2899.70 mg; Wapń: 848.38 mg; Żelazo: 12.88 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.36 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Magnez: 336.88 mg; Sód: 2388.36 mg; Wapń: 575.08 mg; Żelazo: 14.22 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rozszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.13 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 373.99 g; Magnez: 325.61 mg; Sód: 2895.25 mg; Wapń: 638.47 mg; Żelazo: 15.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1562.40 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 170.60 g; Magnez: 310.84 mg; Sód: 845.93 mg; Wapń: 1439.76 mg; Żelazo: 11.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.03 g; Błonnik pokarmowy: 10.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1424.43 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 148.06 g; Magnez: 283.75 mg; Sód: 819.26 mg; Wapń: 698.37 mg; Żelazo: 8.98 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.91 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarózek 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2851.31 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 457.63 g; Magnez: 373.06 mg; Sód: 3424.10 mg; Wapń: 826.08 mg; Żelazo: 12.72 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Kisiel 250 g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.29 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 74.55 g; Węglowodany ogółem: 312.20 g; Magnez: 373.45 mg; Sód: 2092.81 mg; Wapń: 1062.09 mg; Żelazo: 14.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.89 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 280.98 g; Magnez: 358.85 mg; Sód: 1962.71 mg; Wapń: 840.19 mg; Żelazo: 14.54 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarózek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1470.14 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 197.90 g; Magnez: 193.99 mg; Sód: 748.12 mg; Wapń: 473.57 mg; Żelazo: 8.55 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.81 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 436.35 g; Magnez: 291.23 mg; Sód: 3350.20 mg; Wapń: 243.67 mg; Żelazo: 12.20 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 34.27 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.63 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 465.92 g; Magnez: 416.04 mg; Sód: 3542.34 mg; Wapń: 1257.92 mg; Żelazo: 15.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 22.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto b/mięsa 250g(1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.00 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 394.79 g; Magnez: 276.19 mg; Sód: 2304.53 mg; Wapń: 841.60 mg; Żelazo: 13.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), polędwica sopocka 50g(8), papryka św. 100g , rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 6 kromek 140g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Kisiel 250 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.19 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 73.45 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; Magnez: 459.55 mg; Sód: 2851.91 mg; Wapń: 1037.49 mg; Żelazo: 15.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.13 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 373.99 g; Magnez: 325.61 mg; Sód: 2895.25 mg; Wapń: 638.47 mg; Żelazo: 15.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, Banan 1 szt,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g , Wafel skawa 20g.(1,2,6,7),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3615.38 kcal; Białko ogółem: 138.45 g; Tłuszcz: 100.19 g; Węglowodany ogółem: 573.80 g; Magnez: 511.29 mg; Sód: 3648.79 mg; Wapń: 1350.52 mg; Żelazo: 16.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.80 g; Błonnik pokarmowy: 37.48 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g(1),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Ryż biały 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., Leczo z soczewicą 300g (1,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.85 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 67.31 g; Węglowodany ogółem: 417.53 g; Magnez: 309.52 mg; Sód: 3117.52 mg; Wapń: 603.67 mg; Żelazo: 12.22 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g, mandarynka 2 szt., Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.10 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 431.63 g; Magnez: 366.98 mg; Sód: 3751.08 mg; Wapń: 674.16 mg; Żelazo: 12.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.74 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.02 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; Magnez: 219.07 mg; Sód: 2243.00 mg; Wapń: 569.57 mg; Żelazo: 9.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.62 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 346.87 g; Magnez: 270.62 mg; Sód: 2536.21 mg; Wapń: 242.64 mg; Żelazo: 10.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), serek homonawiliowy 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.28 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 375.00 g; Magnez: 287.54 mg; Sód: 1872.67 mg; Wapń: 639.10 mg; Żelazo: 9.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.70 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 86.56 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; Magnez: 324.63 mg; Sód: 2707.78 mg; Wapń: 447.53 mg; Żelazo: 12.52 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z	Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1433.38 kcal; Białko ogółem: 74.40 g; Tłuszcz: 50.20 g; Węglowodany ogółem: 191.62 g; Magnez: 249.66 mg; Sód: 697.15 mg; Wapń: 1037.73 mg; Żelazo: 9.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.73 g; Błonnik pokarmowy: 12.68 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 981.11 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 95.56 g; Magnez: 150.88 mg; Sód: 478.32 mg; Wapń: 83.90 mg; Żelazo: 4.68 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 6.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Ryżowa 350ml(8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.08 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 67.00 g; Węglowodany ogółem: 417.20 g; Magnez: 265.91 mg; Sód: 3084.23 mg; Wapń: 190.75 mg; Żelazo: 10.74 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), mandarynka 2 szt., sałatka z	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.75 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz: 81.19 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; Magnez: 365.33 mg; Sód: 3111.38 mg; Wapń: 362.93 mg; Żelazo: 12.65 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 41.36 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynka 2 szt., Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.15 kcal; Białko ogółem: 70.35 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 295.00 g; Magnez: 358.73 mg; Sód: 2743.18 mg; Wapń: 358.33 mg; Żelazo: 13.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.05 g; Błonnik pokarmowy: 41.99 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1457.49 kcal; Białko ogółem: 63.19 g; Tłuszcz: 58.17 g; Węglowodany ogółem: 194.11 g; Magnez: 221.44 mg; Sód: 918.61 mg; Wapń: 316.96 mg; Żelazo: 6.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.38 kcal; Białko ogółem: 78.76 g; Tłuszcz: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 395.94 g; Magnez: 284.26 mg; Sód: 3541.78 mg; Wapń: 230.23 mg; Żelazo: 11.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 12.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g, mandarynka 2 szt., Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.85 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 431.45 g; Magnez: 366.63 mg; Sód: 3771.93 mg; Wapń: 668.56 mg; Żelazo: 12.92 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 19.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.15 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 373.89 g; Magnez: 231.58 mg; Sód: 1963.29 mg; Wapń: 495.62 mg; Żelazo: 11.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, paprykarz 70g (4,8), Herbata b/c 250ml*, roszonek 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*	Herbata b/c 250ml*, chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 15g*(2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.15 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; Magnez: 457.73 mg; Sód: 3095.18 mg; Wapń: 388.23 mg; Żelazo: 16.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 50.04 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.70 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 86.56 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; Magnez: 324.63 mg; Sód: 2707.78 mg; Wapń: 447.53 mg; Żelazo: 12.52 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-10		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g , jabłko deserowe 1 szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g, mandarynka 2 szt., Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , rukola 5g, Herbatniki be-be 14g (1,2,8),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2822.10 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 460.53 g; Magnez: 400.48 mg; Sód: 3795.68 mg; Wapń: 715.16 mg; Żelazo: 14.71 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Pasta rybna 70g (2,4), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb razowy 30g(1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka panier 80g(1,3,13,8), sałatka z buraków 120g(3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasztet 50g(1,13,8,11,2,3), ogórek zielony 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2904.99 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 89.09 g; Węglowodany ogółem: 446.53 g; Magnez: 358.53 mg; Sód: 2890.92 mg; Wapń: 961.90 mg; Żelazo: 16.08 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.39 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 425.36 g; Magnez: 360.85 mg; Sód: 2824.78 mg; Wapń: 943.81 mg; Żelazo: 15.16 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), kasza jęczmienna 200g b/soli(1), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.77 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 51.48 g; Węglowodany ogółem: 361.86 g; Magnez: 263.78 mg; Sód: 2643.59 mg; Wapń: 549.38 mg; Żelazo: 10.75 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 26.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.53 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 390.46 g; Magnez: 255.23 mg; Sód: 2732.51 mg; Wapń: 555.67 mg; Żelazo: 11.44 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.96 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; Magnez: 250.33 mg; Sód: 2227.55 mg; Wapń: 574.17 mg; Żelazo: 9.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), blok drobiowy 50g(1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), rozszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.29 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 377.38 g; Magnez: 339.19 mg; Sód: 2788.62 mg; Wapń: 692.63 mg; Żelazo: 16.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1375.90 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 54.14 g; Węglowodany ogółem: 152.31 g; Magnez: 185.37 mg; Sód: 702.89 mg; Wapń: 1119.38 mg; Żelazo: 7.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.24 g; Błonnik pokarmowy: 5.46 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata 250g, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1201.03 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 118.49 g; Magnez: 184.88 mg; Sód: 621.21 mg; Wapń: 347.98 mg; Żelazo: 5.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 7.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.19 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 440.79 g; Magnez: 330.40 mg; Sód: 3290.18 mg; Wapń: 506.76 mg; Żelazo: 13.68 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), papryka św. 100g , rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), ogórek zielony 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.60 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 76.21 g; Węglowodany ogółem: 292.98 g; Magnez: 371.09 mg; Sód: 1775.33 mg; Wapń: 733.36 mg; Żelazo: 17.98 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.49 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-11			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), papryka św. 100g , rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Paszтет 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml* ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.09 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; Magnez: 367.55 mg; Sód: 2230.05 mg; Wapń: 870.25 mg; Żelazo: 15.81 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.47 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, jarzynka gotowana b/mąki 100g (13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g* , jabłko deserowe	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml* , pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2).., roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml* ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1316.68 kcal; Białko ogółem: 63.52 g; Tłuszcz: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 188.16 g; Magnez: 194.62 mg; Sód: 773.05 mg; Wapń: 508.39 mg; Żelazo: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.00 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g* , Mus warzywno-owocowy 100g* , jabłko	Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.08 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 414.89 g; Magnez: 298.05 mg; Sód: 2509.79 mg; Wapń: 243.30 mg; Żelazo: 12.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 14.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g* , sos	Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml* ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.14 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 425.18 g; Magnez: 360.50 mg; Sód: 2845.63 mg; Wapń: 938.21 mg; Żelazo: 15.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml* ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.64 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 404.04 g; Magnez: 338.85 mg; Sód: 2304.83 mg; Wapń: 769.00 mg; Żelazo: 16.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), papryka św. 100g , rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 6 kromek 140g(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.00 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 310.18 g; Magnez: 453.69 mg; Sód: 2159.33 mg; Wapń: 734.26 mg; Żelazo: 18.92 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.48 g; Błonnik pokarmowy: 41.15 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), blok drobiowy 50g(1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), roszonek 5g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.29 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 377.38 g; Magnez: 339.19 mg; Sód: 2788.62 mg; Wapń: 692.63 mg; Żelazo: 16.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-11		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kiwi 1szt.,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g , Croissant z nadzieniem kakaowym 1szt.(60g) , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.99 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 433.70 g; Magnez: 369.85 mg; Sód: 2827.18 mg; Wapń: 958.81 mg; Żelazo: 15.40 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, kakao 250ml (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g(1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), surówka porowa	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2966.03 kcal; Białko ogółem: 122.45 g; Tłuszcz: 84.98 g; Węglowodany ogółem: 459.51 g; Magnez: 434.29 mg; Sód: 3155.61 mg; Wapń: 1100.55 mg; Żelazo: 13.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g; Witamina C: 0.00 mg;		
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.25 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 451.52 g; Magnez: 429.03 mg; Sód: 2666.68 mg; Wapń: 1065.81 mg; Żelazo: 12.86 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Witamina C: 0.00 mg;		
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1849.69 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 285.09 g; Magnez: 320.20 mg; Sód: 1516.44 mg; Wapń: 636.15 mg; Żelazo: 9.40 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Witamina C: 0.00 mg;		
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1932.34 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 56.49 g; Węglowodany ogółem: 306.80 g; Magnez: 347.20 mg; Sód: 1522.59 mg; Wapń: 634.95 mg; Żelazo: 10.00 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Witamina C: 0.00 mg;		
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Pomarańcza	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1835.57 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 56.58 g; Węglowodany ogółem: 288.65 g; Magnez: 264.22 mg; Sód: 897.72 mg; Wapń: 349.58 mg; Żelazo: 8.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rozszponka 5g , rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, filet z morszczuka parowany 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.15 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 68.27 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; Magnez: 353.18 mg; Sód: 2164.03 mg; Wapń: 715.89 mg; Żelazo: 10.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1364.20 kcal; Białko ogółem: 68.57 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 151.31 g; Magnez: 241.76 mg; Sód: 575.88 mg; Wapń: 895.20 mg; Żelazo: 9.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.38 g; Błonnik pokarmowy: 10.88 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1044.88 kcal; Białko ogółem: 59.75 g; Tłuszcz: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 129.03 g; Magnez: 162.27 mg; Sód: 335.40 mg; Wapń: 99.50 mg; Żelazo: 4.52 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 17.37 g; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos szpinakowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(8),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1886.67 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 65.63 g; Węglowodany ogółem: 268.95 g; Magnez: 270.84 mg; Sód: 1490.72 mg; Wapń: 517.59 mg; Żelazo: 7.74 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-12		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI	
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), filet z morszczuka parowany 100g, surówka porowa 120g(3,11,13), sos szpinakowy 100ml	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.29 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 306.88 g; Magnez: 383.89 mg; Sód: 2239.92 mg; Wapń: 818.35 mg; Żelazo: 11.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100g b/soli,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1919.65 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 54.30 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; Magnez: 365.94 mg; Sód: 1783.72 mg; Wapń: 646.65 mg; Żelazo: 11.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), filet z morszczuka parowany 100g, bukiet	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1317.10 kcal; Białko ogółem: 60.92 g; Tłuszcz: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 190.45 g; Magnez: 216.72 mg; Sód: 1557.56 mg; Wapń: 299.95 mg; Żelazo: 5.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Pomarańcza	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.70 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 396.00 g; Magnez: 297.31 mg; Sód: 2194.98 mg; Wapń: 299.25 mg; Żelazo: 9.77 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III	
kakao 250ml(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.00 kcal; Białko ogółem: 123.22 g; Tłuszcz: 50.48 g; Węglowodany ogółem: 451.33 g; Magnez: 428.68 mg; Sód: 2687.53 mg; Wapń: 1060.21 mg; Żelazo: 12.82 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.92 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Pomarańcza 120g, Ziemiaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.19 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 389.48 g; Magnez: 320.05 mg; Sód: 2239.15 mg; Wapń: 796.20 mg; Żelazo: 10.56 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, kakao b/c 250ml (1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemiaki 200g* (2), filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml	Herbata b/c 250ml*, chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.99 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 61.70 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; Magnez: 471.09 mg; Sód: 2594.92 mg; Wapń: 816.75 mg; Żelazo: 13.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemiaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, filet z morszczuka parowany 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.15 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 68.27 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; Magnez: 353.18 mg; Sód: 2164.03 mg; Wapń: 715.89 mg; Żelazo: 10.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Pomarańcza 120g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemiaki 200g* (2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(8), rukola 5g, galaretki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.05 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 465.08 g; Magnez: 443.43 mg; Sód: 2670.28 mg; Wapń: 1105.41 mg; Żelazo: 13.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka	Herbata 250g, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g, rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2972.10 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 110.25 g; Węglowodany ogółem: 418.16 g; Magnez: 382.58 mg; Sód: 3515.44 mg; Wapń: 1384.74 mg; Żelazo: 20.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 47.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), wątróbka drobiowa gotowana 80g, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.15 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 82.83 g; Węglowodany ogółem: 377.96 g; Magnez: 365.03 mg; Sód: 2997.79 mg; Wapń: 906.99 mg; Żelazo: 23.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, sos pietruszkowy 100g	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.54 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 370.45 g; Magnez: 294.79 mg; Sód: 1858.45 mg; Wapń: 624.46 mg; Żelazo: 12.42 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryżowa 350ml(8,13), Sos pietruszkowy	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.27 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 370.62 g; Magnez: 288.29 mg; Sód: 2818.97 mg; Wapń: 504.14 mg; Żelazo: 10.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), grejfrut 150g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.72 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 60.40 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; Magnez: 271.44 mg; Sód: 1610.97 mg; Wapń: 578.59 mg; Żelazo: 10.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200 g, wątróbka drobiowa gotowana 80g, brokuły z wody	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.95 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 87.67 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; Magnez: 358.28 mg; Sód: 3896.04 mg; Wapń: 668.72 mg; Żelazo: 23.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryżowa 350ml(8,13),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1115.98 kcal; Białko ogółem: 41.02 g; Tłuszcz: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 152.11 g; Magnez: 126.99 mg; Sód: 525.31 mg; Wapń: 1099.75 mg; Żelazo: 5.87 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 25.32 g; Błonnik pokarmowy: 4.58 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa	Herbata 250g, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1001.94 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 103.49 g; Magnez: 150.91 mg; Sód: 524.75 mg; Wapń: 330.05 mg; Żelazo: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 7.52 g; Błonnik pokarmowy: 6.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13),	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców	Herbata 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1868.25 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 60.89 g; Węglowodany ogółem: 283.41 g; Magnez: 297.00 mg; Sód: 1930.50 mg; Wapń: 434.53 mg; Żelazo: 8.71 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Herbata b/c 250ml*, chleb graham 3 kromki 85g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 80g, surówka z ogórka konserwowego 120g, Ziemniaki 200g*	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2041.55 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 79.49 g; Węglowodany ogółem: 275.77 g; Magnez: 349.91 mg; Sód: 2961.23 mg; Wapń: 563.14 mg; Żelazo: 25.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250ml*, chleb graham 3 kromki 85g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), wątróbka drobiowa gotowana 80g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.65 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 273.07 g; Magnez: 361.71 mg; Sód: 2593.13 mg; Wapń: 590.34 mg; Żelazo: 25.64 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1367.68 kcal; Białko ogółem: 66.56 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 160.36 g; Magnez: 209.18 mg; Sód: 400.66 mg; Wapń: 550.38 mg; Żelazo: 7.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.41 g; Błonnik pokarmowy: 16.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, grejfrut 150g ,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1899.13 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; Magnez: 260.99 mg; Sód: 2282.11 mg; Wapń: 233.70 mg; Żelazo: 9.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), wątróbka drobiowa gotowana 80g, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.90 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 65.95 g; Węglowodany ogółem: 377.77 g; Magnez: 364.68 mg; Sód: 3018.64 mg; Wapń: 901.39 mg; Żelazo: 23.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 19.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), kaszotto b/mięsa 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2166.08 kcal; Białko ogółem: 66.88 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; Magnez: 205.24 mg; Sód: 2112.81 mg; Wapń: 561.29 mg; Żelazo: 10.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-13		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb graham 6 kromek 140g(1), Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 80g, surówka z ogórka konserwowego 120g , Ziemniaki 200g*	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 6 kromek 140g(1), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.85 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; Magnez: 448.21 mg; Sód: 3442.53 mg; Wapń: 590.64 mg; Żelazo: 28.39 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, wątróbka drobiowa gotowana 80g, brokuły z wody	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.95 kcal; Białko ogółem: 126.47 g; Tłuszcz: 87.21 g; Węglowodany ogółem: 394.08 g; Magnez: 376.68 mg; Sód: 4217.84 mg; Wapń: 681.32 mg; Żelazo: 24.69 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-13		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata 250g, Masło 20g* (2), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , mandarynka 2 szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka panier 80 g(1,3,13,8), brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2980.95 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 86.20 g; Węglowodany ogółem: 475.62 g; Magnez: 408.46 mg; Sód: 3377.81 mg; Wapń: 959.87 mg; Żelazo: 13.54 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), chleb razowy 30g(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Masło 15g*(2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rozspanka 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.63 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 95.24 g; Węglowodany ogółem: 401.27 g; Magnez: 382.63 mg; Sód: 2814.61 mg; Wapń: 1131.03 mg; Żelazo: 14.44 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Witamina C: 0.00 mg;		
niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany - 130, jabłko	pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.36 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 85.56 g; Węglowodany ogółem: 422.63 g; Magnez: 381.21 mg; Sód: 3542.34 mg; Wapń: 1130.06 mg; Żelazo: 14.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Witamina C: 0.00 mg;		
niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.71 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 380.97 g; Magnez: 308.51 mg; Sód: 2759.59 mg; Wapń: 884.51 mg; Żelazo: 11.10 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Witamina C: 0.00 mg;		
niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.39 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 386.07 g; Magnez: 322.62 mg; Sód: 2348.35 mg; Wapń: 845.36 mg; Żelazo: 11.23 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Witamina C: 0.00 mg;		
niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.94 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 69.06 g; Węglowodany ogółem: 385.58 g; Magnez: 326.42 mg; Sód: 2352.20 mg; Wapń: 836.61 mg; Żelazo: 10.70 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany - 130, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.49 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 97.55 g; Węglowodany ogółem: 386.83 g; Magnez: 341.62 mg; Sód: 3801.15 mg; Wapń: 1307.25 mg; Żelazo: 14.02 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 50.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1684.00 kcal; Białko ogółem: 114.16 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 169.18 g; Magnez: 296.34 mg; Sód: 1241.82 mg; Wapń: 1387.45 mg; Żelazo: 10.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.74 g; Błonnik pokarmowy: 9.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Grysikowa 350ml*(1,8,13),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1263.30 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 145.10 g; Magnez: 201.54 mg; Sód: 631.12 mg; Wapń: 592.15 mg; Żelazo: 5.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 10.87 g; Błonnik pokarmowy: 8.49 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.89 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 64.51 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; Magnez: 286.72 mg; Sód: 2270.95 mg; Wapń: 795.66 mg; Żelazo: 9.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb graham 3 kromki 85g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kurczak	pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata b/c 250ml*, chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.46 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 255.92 g; Magnez: 341.25 mg; Sód: 2745.35 mg; Wapń: 832.79 mg; Żelazo: 12.03 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb graham 3 kromki 85g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), papryka św. 100g , Parówka na gorąco 1szt-60g (1,8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kurczak	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.26 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 82.77 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; Magnez: 329.85 mg; Sód: 2241.15 mg; Wapń: 769.09 mg; Żelazo: 12.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1697.54 kcal; Białko ogółem: 70.29 g; Tłuszcz: 76.78 g; Węglowodany ogółem: 209.41 g; Magnez: 243.44 mg; Sód: 1336.71 mg; Wapń: 893.81 mg; Żelazo: 9.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb przemysłowo-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), chleb razowy 30g(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany - 130, jabłko deserowe 1 szt,	pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.11 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; Magnez: 293.26 mg; Sód: 2738.99 mg; Wapń: 543.26 mg; Żelazo: 11.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany - 130, jabłko	pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.11 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 422.44 g; Magnez: 380.86 mg; Sód: 3563.19 mg; Wapń: 1124.46 mg; Żelazo: 14.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1878.96 kcal; Białko ogółem: 60.69 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 288.02 g; Magnez: 256.13 mg; Sód: 2500.24 mg; Wapń: 957.43 mg; Żelazo: 10.07 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kurczak	Herbata b/c 250ml*, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), chleb graham 6 kromek 140g(1), rzodkiewka 100g, Masło 15g*(2), roszonek 5g ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.95 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Magnez: 448.55 mg; Sód: 2508.09 mg; Wapń: 881.59 mg; Żelazo: 15.70 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.49 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 97.55 g; Węglowodany ogółem: 386.83 g; Magnez: 341.62 mg; Sód: 3801.15 mg; Wapń: 1307.25 mg; Żelazo: 14.02 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 50.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kurczak gotowany - 130, jabłko	pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ciastka suche 50g (1,2,3), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3123.86 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 99.71 g; Węglowodany ogółem: 481.78 g; Magnez: 406.71 mg; Sód: 3601.84 mg; Wapń: 1197.06 mg; Żelazo: 15.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 44.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Witamina C: 0.00 mg;