

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g(1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1),	Kapuśniak 400ml (1,2,8,11), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Sos pieczarkowy 100 (1,2,8), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2749.74 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 456.63 g; Magnez: 391.05 mg; Sód: 4198.90 mg; Wapń: 1024.42 mg; Żelazo: 14.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.56 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 84.83 g; Węglowodany ogółem: 436.39 g; Magnez: 358.37 mg; Sód: 2903.96 mg; Wapń: 1080.85 mg; Żelazo: 14.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Twaróg 70g* (2), rukola 5g,	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, kaszotto diet.b/soli(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , Sos koperkowy 100g (1,2), sałata zielona z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarożek 70g (2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.67 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 66.68 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; Magnez: 287.44 mg; Sód: 1795.72 mg; Wapń: 651.93 mg; Żelazo: 11.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g , sałata	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twarożek 70g (2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.17 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 392.69 g; Magnez: 267.74 mg; Sód: 2059.22 mg; Wapń: 643.92 mg; Żelazo: 10.59 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twarózek 70g (2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.17 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 392.69 g; Magnez: 267.74 mg; Sód: 2059.22 mg; Wapń: 643.92 mg; Żelazo: 10.59 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), ser żółty 60g (2), Pomidor 50g, twarózek 70g (2),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2933.52 kcal; Białko ogółem: 152.75 g; Tłuszcz: 96.20 g; Węglowodany ogółem: 391.98 g; Magnez: 364.54 mg; Sód: 2925.33 mg; Wapń: 1215.23 mg; Żelazo: 15.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 50.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, grejfrut 150g ,	Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1493.25 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 169.00 g; Magnez: 278.64 mg; Sód: 665.32 mg; Wapń: 1125.10 mg; Żelazo: 9.90 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.15 g; Błonnik pokarmowy: 10.35 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, grejfrut 150g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1420.18 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 49.94 g; Węglowodany ogółem: 166.16 g; Magnez: 241.57 mg; Sód: 553.10 mg; Wapń: 352.50 mg; Żelazo: 6.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 21.22 g; Błonnik pokarmowy: 13.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.95 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 434.29 g; Magnez: 436.21 mg; Sód: 2336.03 mg; Wapń: 606.60 mg; Żelazo: 15.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 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), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.42 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; Magnez: 302.14 mg; Sód: 2034.08 mg; Wapń: 626.53 mg; Żelazo: 12.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.42 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; Magnez: 302.14 mg; Sód: 2034.08 mg; Wapń: 626.53 mg; Żelazo: 12.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałata zielona - 20 g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1611.38 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz: 61.69 g; Węglowodany ogółem: 217.95 g; Magnez: 247.16 mg; Sód: 904.03 mg; Wapń: 569.81 mg; Żelazo: 9.80 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.49 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
	grejfrut 150g ,	jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 246.30 kcal; Białko ogółem: 9.00 g; Tłuszcz: 3.81 g; Węglowodany ogółem: 47.13 g; Magnez: 42.90 mg; Sód: 90.30 mg; Wapń: 241.80 mg; Żelazo: 0.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 1.78 g; Błonnik pokarmowy: 3.54 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.42 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 431.71 g; Magnez: 355.44 mg; Sód: 2897.63 mg; Wapń: 1063.53 mg; Żelazo: 13.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), sałata zielona 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, grejfrut 150g, Sos koperkowy	Herbata 250g, Masło 20g* (2), Pomidor 50g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.57 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 374.23 g; Magnez: 290.85 mg; Sód: 2684.58 mg; Wapń: 1073.20 mg; Żelazo: 13.73 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Herbata b/c 250ml*, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2)	chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Herbata b/c 250ml*,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.32 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; Magnez: 391.74 mg; Sód: 2398.08 mg; Wapń: 648.93 mg; Żelazo: 15.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.02 g; Błonnik pokarmowy: 41.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), ser żółty 60g (2), Pomidor 50g, szynka domowa 60g(1,2,3,8,11,12),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2980.22 kcal; Białko ogółem: 149.50 g; Tłuszcz: 103.89 g; Węglowodany ogółem: 389.99 g; Magnez: 369.64 mg; Sód: 3408.73 mg; Wapń: 1153.03 mg; Żelazo: 16.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 52.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2031.07 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 71.11 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; Magnez: 297.34 mg; Sód: 2028.53 mg; Wapń: 623.38 mg; Żelazo: 11.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z	Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), paprykarz 70g (4,8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2823.32 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 87.49 g; Węglowodany ogółem: 419.33 g; Magnez: 416.59 mg; Sód: 3039.21 mg; Wapń: 1235.42 mg; Żelazo: 12.40 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopočka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2855.55 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 444.63 g; Magnez: 419.90 mg; Sód: 2995.74 mg; Wapń: 987.38 mg; Żelazo: 16.00 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2843.15 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 449.02 g; Magnez: 428.70 mg; Sód: 2202.94 mg; Wapń: 1097.18 mg; Żelazo: 17.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni 2 kromki(1), polędwica sopočka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2855.55 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 444.63 g; Magnez: 419.90 mg; Sód: 2995.74 mg; Wapń: 987.38 mg; Żelazo: 16.00 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Zacierkowa 400ml* (1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.47 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 441.99 g; Magnez: 363.60 mg; Sód: 2613.22 mg; Wapń: 978.89 mg; Żelazo: 13.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, twarożek 70g (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3018.15 kcal; Białko ogółem: 140.30 g; Tłuszcz: 86.56 g; Węglowodany ogółem: 450.02 g; Magnez: 438.20 mg; Sód: 3097.04 mg; Wapń: 1100.18 mg; Żelazo: 18.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1452.12 kcal; Białko ogółem: 86.80 g; Tłuszcz: 57.20 g; Węglowodany ogółem: 160.69 g; Magnez: 240.76 mg; Sód: 905.06 mg; Wapń: 1216.62 mg; Żelazo: 9.58 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 8.81 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1456.42 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 44.87 g; Węglowodany ogółem: 148.26 g; Magnez: 257.26 mg; Sód: 712.06 mg; Wapń: 433.32 mg; Żelazo: 7.94 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 12.39 g; Błonnik pokarmowy: 11.05 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), mus warzywno-owocowy 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2953.80 kcal; Białko ogółem: 120.00 g; Tłuszcz: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 456.31 g; Magnez: 404.15 mg; Sód: 2976.39 mg; Wapń: 949.28 mg; Żelazo: 14.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 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), ogórek konserwowy 100g*, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 50g(4,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.32 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 76.83 g; Węglowodany ogółem: 290.32 g; Magnez: 381.56 mg; Sód: 2982.77 mg; Wapń: 625.42 mg; Żelazo: 14.57 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-16 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), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 50g(4,8), rzodkiewka 100g, rosłonka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.57 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 86.80 g; Węglowodany ogółem: 330.45 g; Magnez: 487.61 mg; Sód: 2774.92 mg; Wapń: 1124.32 mg; Żelazo: 19.20 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.21 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100 g, Kompot z	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rosłonka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1417.95 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 50.52 g; Węglowodany ogółem: 198.49 g; Magnez: 214.29 mg; Sód: 775.46 mg; Wapń: 535.17 mg; Żelazo: 7.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 26.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.20 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 20g 2szt., pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200 g, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 20g 2szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), rosłonka 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.23 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 68.27 g; Węglowodany ogółem: 410.28 g; Magnez: 358.81 mg; Sód: 5372.77 mg; Wapń: 339.95 mg; Żelazo: 14.46 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 13.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), rosłonka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.30 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 444.53 g; Magnez: 419.75 mg; Sód: 2994.39 mg; Wapń: 984.98 mg; Żelazo: 15.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rosłonka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2656.95 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 58.88 g; Węglowodany ogółem: 460.56 g; Magnez: 313.85 mg; Sód: 1842.44 mg; Wapń: 914.18 mg; Żelazo: 12.38 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-16			Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	II Śniadanie: twaróg krajanka 70g (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Podwieczerek: sok warzywny 150ml ,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2737.75 kcal; Białko ogółem: 138.03 g; Tłuszcz: 72.09 g; Węglowodany ogółem: 418.34 g; Magnez: 495.70 mg; Sód: 3719.19 mg; Wapń: 1067.98 mg; Żelazo: 17.83 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, twarózek 70g (2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż.		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3054.90 kcal; Białko ogółem: 140.33 g; Tłuszcz: 90.69 g; Węglowodany ogółem: 450.06 g; Magnez: 438.25 mg; Sód: 3097.49 mg; Wapń: 1100.98 mg; Żelazo: 18.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 44.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-16			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3501.30 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 112.35 g; Węglowodany ogółem: 517.67 g; Magnez: 461.45 mg; Sód: 3177.69 mg; Wapń: 1275.18 mg; Żelazo: 17.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 44.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), surówka porowa 120g(3,11,13), jabłko deserowe	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), papryka św. 100g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2814.38 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 79.30 g; Węglowodany ogółem: 463.15 g; Magnez: 516.79 mg; Sód: 3244.55 mg; Wapń: 1356.94 mg; Żelazo: 19.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.48 g; Błonnik pokarmowy: 46.07 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2957.44 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 481.75 g; Magnez: 499.24 mg; Sód: 3264.43 mg; Wapń: 1207.24 mg; Żelazo: 15.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2962.84 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 486.29 g; Magnez: 492.14 mg; Sód: 2331.73 mg; Wapń: 1326.54 mg; Żelazo: 14.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.86 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2957.44 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 481.75 g; Magnez: 499.24 mg; Sód: 3264.43 mg; Wapń: 1207.24 mg; Żelazo: 15.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2975.01 kcal; Białko ogółem: 131.09 g; Tłuszcz: 73.88 g; Węglowodany ogółem: 480.38 g; Magnez: 500.86 mg; Sód: 3300.79 mg; Wapń: 1256.07 mg; Żelazo: 14.68 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g, serek homogenizowany 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3306.32 kcal; Białko ogółem: 156.48 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 489.10 g; Magnez: 554.69 mg; Sód: 3500.01 mg; Wapń: 1321.89 mg; Żelazo: 18.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 46.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z	kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1343.15 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 146.68 g; Magnez: 217.35 mg; Sód: 677.43 mg; Wapń: 1076.48 mg; Żelazo: 8.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.60 g; Błonnik pokarmowy: 6.86 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1180.78 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 117.85 g; Magnez: 190.37 mg; Sód: 597.10 mg; Wapń: 293.90 mg; Żelazo: 5.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.19 g; Błonnik pokarmowy: 7.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17		
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 szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), serek homogenizowany 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.06 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 430.74 g; Magnez: 325.13 mg; Sód: 3698.40 mg; Wapń: 460.07 mg; Żelazo: 11.71 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17		
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 szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	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), papryka św. 100g, roszponka 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.13 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; Magnez: 367.98 mg; Sód: 2735.73 mg; Wapń: 741.68 mg; Żelazo: 12.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, surówka porowa 120g(3,11,13), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3016.66 kcal; Białko ogółem: 123.19 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 490.96 g; Magnez: 516.24 mg; Sód: 3673.33 mg; Wapń: 1304.23 mg; Żelazo: 16.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2),	koperkowa z ziemniak. b/mąki 400ml (2,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g , Waffle ryżowe 20g(8),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.09 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 68.27 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; Magnez: 381.07 mg; Sód: 879.89 mg; Wapń: 1226.94 mg; Żelazo: 9.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2954.94 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 482.19 g; Magnez: 497.44 mg; Sód: 3266.63 mg; Wapń: 1226.34 mg; Żelazo: 15.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2844.69 kcal; Białko ogółem: 120.63 g; Tłuszcz: 63.96 g; Węglowodany ogółem: 482.08 g; Magnez: 497.29 mg; Sód: 3265.28 mg; Wapń: 1223.94 mg; Żelazo: 15.33 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homogenizowany 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.15 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 430.19 g; Magnez: 276.71 mg; Sód: 1696.53 mg; Wapń: 530.95 mg; Żelazo: 10.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Herbata b/c 250ml*, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), papryka św. 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.43 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; Magnez: 362.00 mg; Sód: 3276.84 mg; Wapń: 754.93 mg; Żelazo: 13.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g, serek homogenizowany 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3306.32 kcal; Białko ogółem: 156.48 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 489.10 g; Magnez: 554.69 mg; Sód: 3500.01 mg; Wapń: 1321.89 mg; Żelazo: 18.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 46.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-17 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, ciastka suche 50g (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250g*, koktajl owocowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 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]: 3335.44 kcal; Białko ogółem: 128.76 g; Tłuszcz: 91.86 g; Węglowodany ogółem: 537.56 g; Magnez: 546.94 mg; Sód: 3361.53 mg; Wapń: 1400.94 mg; Żelazo: 16.74 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.91 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), ogórek kiszony 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na ml. 350 g, rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka panier 80 g(1,3,13,8), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.71 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 84.62 g; Węglowodany ogółem: 417.31 g; Magnez: 414.76 mg; Sód: 4188.75 mg; Wapń: 1025.76 mg; Żelazo: 12.12 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na ml. 350 g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2892.25 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 88.27 g; Węglowodany ogółem: 440.93 g; Magnez: 366.06 mg; Sód: 2800.46 mg; Wapń: 1021.97 mg; Żelazo: 12.61 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.14 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 341.66 g; Magnez: 240.47 mg; Sód: 1786.89 mg; Wapń: 634.16 mg; Żelazo: 10.03 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-18 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.78 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 370.09 g; Magnez: 270.32 mg; Sód: 2190.95 mg; Wapń: 565.20 mg; Żelazo: 10.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g; Witamina C: 0.00 mg;		
czwartek 2024-01-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.63 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 64.24 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; Magnez: 275.07 mg; Sód: 1829.85 mg; Wapń: 589.35 mg; Żelazo: 12.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.55 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 89.10 g; Węglowodany ogółem: 393.36 g; Magnez: 339.81 mg; Sód: 2588.13 mg; Wapń: 682.70 mg; Żelazo: 14.23 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1250.48 kcal; Białko ogółem: 65.94 g; Tłuszcz: 50.50 g; Węglowodany ogółem: 142.13 g; Magnez: 163.37 mg; Sód: 652.50 mg; Wapń: 1110.80 mg; Żelazo: 6.85 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.39 g; Błonnik pokarmowy: 4.58 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1112.66 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 110.25 g; Magnez: 183.28 mg; Sód: 540.92 mg; Wapń: 347.80 mg; Żelazo: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 14.08 g; Błonnik pokarmowy: 8.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		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 konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*(2), sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.13 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 418.04 g; Magnez: 297.47 mg; Sód: 2781.75 mg; Wapń: 523.50 mg; Żelazo: 10.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		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), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: polędwica sopocka 50g(8),	Podwieczorek: 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]: 2099.16 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 77.93 g; Węglowodany ogółem: 275.58 g; Magnez: 380.83 mg; Sód: 3292.20 mg; Wapń: 754.37 mg; Żelazo: 11.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.18 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-18			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 konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.26 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 79.31 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; Magnez: 346.23 mg; Sód: 3019.50 mg; Wapń: 583.00 mg; Żelazo: 11.57 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.10 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1485.38 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz: 56.46 g; Węglowodany ogółem: 205.03 g; Magnez: 176.76 mg; Sód: 693.53 mg; Wapń: 527.55 mg; Żelazo: 5.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.25 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 48.79 g; Węglowodany ogółem: 401.33 g; Magnez: 285.81 mg; Sód: 3184.30 mg; Wapń: 239.18 mg; Żelazo: 11.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 11.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na ml. 350 g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.00 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 440.75 g; Magnez: 365.71 mg; Sód: 2821.31 mg; Wapń: 1016.37 mg; Żelazo: 12.58 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.99 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 397.15 g; Magnez: 240.39 mg; Sód: 2262.91 mg; Wapń: 1049.37 mg; Żelazo: 11.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: polędwica sopocka 50g(8),	Podwieczorek: 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]: 2328.70 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; Magnez: 432.56 mg; Sód: 2632.33 mg; Wapń: 767.70 mg; Żelazo: 14.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.51 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2713.05 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 89.08 g; Węglowodany ogółem: 393.80 g; Magnez: 338.01 mg; Sód: 2590.33 mg; Wapń: 701.80 mg; Żelazo: 14.48 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-18		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: Wafel skawa 20g.(1,2,6,7),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.50 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 106.05 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; Magnez: 341.51 mg; Sód: 1832.98 mg; Wapń: 658.20 mg; Żelazo: 12.00 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka smażony 100g(1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, grejfrut 150g, Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2939.42 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 82.44 g; Węglowodany ogółem: 480.23 g; Magnez: 414.54 mg; Sód: 2462.35 mg; Wapń: 999.43 mg; Żelazo: 14.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.04 g; Błonnik pokarmowy: 36.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 70g(1), pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.05 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 470.62 g; Magnez: 407.54 mg; Sód: 2494.72 mg; Wapń: 984.79 mg; Żelazo: 12.83 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.40 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Grysiowa 300ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, grejfrut 150g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.19 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 60.51 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; Magnez: 321.77 mg; Sód: 1896.03 mg; Wapń: 623.53 mg; Żelazo: 10.67 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałata zielona 50g,	Grysiowa 300ml (1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g, Ziemniaki 200g* (2), Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2092.57 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 63.43 g; Węglowodany ogółem: 333.98 g; Magnez: 349.10 mg; Sód: 1902.52 mg; Wapń: 629.19 mg; Żelazo: 11.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), jabłko deserowe 1 szt,	Grysiowa 300ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), grejfrut 150g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 82g 3 kromki (1), serek wiejski 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.51 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 62.08 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; Magnez: 331.27 mg; Sód: 2087.04 mg; Wapń: 406.18 mg; Żelazo: 9.73 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt, Twaróg 70g* (2), roszponka 5g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.12 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 80.82 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; Magnez: 360.85 mg; Sód: 2202.91 mg; Wapń: 1185.72 mg; Żelazo: 11.23 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 300ml (1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1528.86 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 51.72 g; Węglowodany ogółem: 210.60 g; Magnez: 262.93 mg; Sód: 1407.16 mg; Wapń: 1051.44 mg; Żelazo: 9.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.03 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 300ml (1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1510.02 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 202.90 g; Magnez: 302.95 mg; Sód: 1757.78 mg; Wapń: 214.11 mg; Żelazo: 8.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 14.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1957.69 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Magnez: 334.79 mg; Sód: 2281.51 mg; Wapń: 594.39 mg; Żelazo: 10.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Surówka z kapusty kisz 120g*, grejfrut 150g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g, roszponka 5g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2030.12 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; Magnez: 390.98 mg; Sód: 2363.70 mg; Wapń: 637.77 mg; Żelazo: 13.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.70 g; Błonnik pokarmowy: 37.00 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa z mlekiem 250 ml b/c m (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt, dżem 50g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Surówka z kapusty kisz 120g*, grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1999.70 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 323.50 g; Magnez: 361.44 mg; Sód: 1630.62 mg; Wapń: 605.25 mg; Żelazo: 11.70 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1385.96 kcal; Białko ogółem: 51.74 g; Tłuszcz: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 212.48 g; Magnez: 232.34 mg; Sód: 891.56 mg; Wapń: 240.39 mg; Żelazo: 5.26 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g , Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.61 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 446.14 g; Magnez: 355.86 mg; Sód: 2261.49 mg; Wapń: 577.87 mg; Żelazo: 11.64 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 15.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 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., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g , Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.66 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 465.76 g; Magnez: 404.26 mg; Sód: 2509.24 mg; Wapń: 961.87 mg; Żelazo: 12.46 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 15.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.51 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 462.38 g; Magnez: 408.88 mg; Sód: 2739.60 mg; Wapń: 774.42 mg; Żelazo: 11.89 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-19		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata b/c 250ml*, chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2058.32 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; Magnez: 462.73 mg; Sód: 2799.32 mg; Wapń: 366.44 mg; Żelazo: 16.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.84 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, grejfrut 150g , Ziemniaki 200g* (2), jarzynka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), jabłko deserowe 1 szt, twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.30 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; Magnez: 362.30 mg; Sód: 2219.59 mg; Wapń: 1182.67 mg; Żelazo: 10.85 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-19		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt, dżem 50g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g, grejfrut 150g , Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbatniki be-be 14g (1,2,8),	Podwieczorek: Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.80 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 78.22 g; Węglowodany ogółem: 340.39 g; Magnez: 354.24 mg; Sód: 2241.75 mg; Wapń: 1096.02 mg; Żelazo: 11.31 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), sos spaghetti 180g* (1,13), makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż.	Masło 20g* (2), Herbata 250g, blok drobiowy 40g*(1), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.82 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 76.64 g; Węglowodany ogółem: 419.88 g; Magnez: 334.66 mg; Sód: 2510.26 mg; Wapń: 986.30 mg; Żelazo: 12.31 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), brokuły z wody 120 g, jabłko deserowe 1	Herbata 250g, Masło 20g* (2), pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.89 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 435.03 g; Magnez: 306.32 mg; Sód: 2614.69 mg; Wapń: 939.92 mg; Żelazo: 12.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, jabłko	Herbata 250g, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.94 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; Magnez: 335.52 mg; Sód: 2203.44 mg; Wapń: 634.22 mg; Żelazo: 14.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2), Szpinakowa z ziemn. 350ml	Herbata 250g, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.04 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 433.03 g; Magnez: 396.97 mg; Sód: 2791.59 mg; Wapń: 600.97 mg; Żelazo: 13.82 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew	Herbata 250g, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.09 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 56.78 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; Magnez: 283.78 mg; Sód: 1794.14 mg; Wapń: 553.65 mg; Żelazo: 11.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), jabłko deserowe 1 szt, brokuły z wody	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.39 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 389.70 g; Magnez: 282.22 mg; Sód: 2937.09 mg; Wapń: 645.62 mg; Żelazo: 12.39 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa	Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1286.48 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz: 50.85 g; Węglowodany ogółem: 147.31 g; Magnez: 168.39 mg; Sód: 654.71 mg; Wapń: 1110.45 mg; Żelazo: 7.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.47 g; Błonnik pokarmowy: 4.93 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Grysikowa 350ml*(1,8,13),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa	Herbata 250g, Masło 20g* (2), Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1340.28 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 60.76 g; Węglowodany ogółem: 123.76 g; Magnez: 148.89 mg; Sód: 497.51 mg; Wapń: 343.25 mg; Żelazo: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.88 g; Błonnik pokarmowy: 7.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z	Herbata 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), blok drobiowy 50g(1),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1682.18 kcal; Białko ogółem: 68.42 g; Tłuszcz: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 245.84 g; Magnez: 214.60 mg; Sód: 1468.35 mg; Wapń: 456.67 mg; Żelazo: 6.46 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 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), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), sos mięsno - pomidorowy 150g (1,13), Makaron razowy 200g(1), jabłko deserowe 1 szt, brokuły z wody 120 g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), blok drobiowy 50g(1), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1876.10 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 271.26 g; Magnez: 305.59 mg; Sód: 2198.56 mg; Wapń: 882.24 mg; Żelazo: 12.55 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 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), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1781.14 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 55.68 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; Magnez: 288.81 mg; Sód: 1869.41 mg; Wapń: 606.09 mg; Żelazo: 11.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1284.27 kcal; Białko ogółem: 44.06 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węglowodany ogółem: 168.95 g; Magnez: 164.78 mg; Sód: 793.50 mg; Wapń: 543.07 mg; Żelazo: 8.98 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.00 g; Błonnik pokarmowy: 17.32 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jabłko deserowe 1 szt, Ziemniaki	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.23 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 418.86 g; Magnez: 325.82 mg; Sód: 2942.62 mg; Wapń: 253.85 mg; Żelazo: 12.46 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 6.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), brokuły z wody 120 g, jabłko deserowe 1	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.89 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 47.39 g; Węglowodany ogółem: 434.81 g; Magnez: 305.92 mg; Sód: 2635.09 mg; Wapń: 933.52 mg; Żelazo: 12.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 12.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ryba parowana 100g* (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 100g, jabłko	Herbata 250g, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.99 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 53.06 g; Węglowodany ogółem: 389.84 g; Magnez: 362.52 mg; Sód: 2910.81 mg; Wapń: 614.55 mg; Żelazo: 13.12 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb graham 6 kromek 140g(1), Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), brokuły z	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), blok drobiowy 50g(1), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2091.04 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 306.91 g; Magnez: 399.66 mg; Sód: 2476.66 mg; Wapń: 904.69 mg; Żelazo: 15.73 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.19 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 76.13 g; Węglowodany ogółem: 418.83 g; Magnez: 349.42 mg; Sód: 2975.79 mg; Wapń: 632.82 mg; Żelazo: 14.80 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), jabłko deserowe 1 szt, Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbatniki be-be 14g (1,2,8), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), brokuły z wody 120 g, mandarynka 1 szt.,	Herbata 250g, Masło 20g* (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3057.03 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 92.16 g; Węglowodany ogółem: 469.31 g; Magnez: 355.91 mg; Sód: 2779.65 mg; Wapń: 1475.48 mg; Żelazo: 13.16 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 44.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2024-01-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,	Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3182.35 kcal; Białko ogółem: 155.45 g; Tłuszcz: 105.53 g; Węglowodany ogółem: 436.60 g; Magnez: 438.09 mg; Sód: 2916.97 mg; Wapń: 1491.37 mg; Żelazo: 17.31 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2958.08 kcal; Białko ogółem: 152.01 g; Tłuszcz: 84.83 g; Węglowodany ogółem: 422.99 g; Magnez: 403.92 mg; Sód: 2761.22 mg; Wapń: 1016.12 mg; Żelazo: 15.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	grycikowa 400ml b/soli(1,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.98 kcal; Białko ogółem: 129.05 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 365.56 g; Magnez: 319.02 mg; Sód: 2467.42 mg; Wapń: 673.57 mg; Żelazo: 13.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.33 kcal; Białko ogółem: 139.36 g; Tłuszcz: 77.93 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; Magnez: 345.42 mg; Sód: 2463.47 mg; Wapń: 648.37 mg; Żelazo: 13.81 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.08 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 374.52 g; Magnez: 316.99 mg; Sód: 1831.62 mg; Wapń: 676.74 mg; Żelazo: 10.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka bartnika 50g(1,2,8,11,13)m, rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),		Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarówek 70g (2), roszponka 5g, szynka bartnika 50g(1,2,8,11,13)m, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.13 kcal; Białko ogółem: 160.96 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 391.43 g; Magnez: 364.92 mg; Sód: 3159.27 mg; Wapń: 698.67 mg; Żelazo: 14.42 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			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*, Ziemniaczana		Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	
				Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1462.55 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 167.55 g; Magnez: 240.74 mg; Sód: 940.62 mg; Wapń: 1135.55 mg; Żelazo: 7.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 10.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,		Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1681.85 kcal; Białko ogółem: 124.23 g; Tłuszcz: 71.56 g; Węglowodany ogółem: 146.48 g; Magnez: 231.04 mg; Sód: 657.92 mg; Wapń: 414.45 mg; Żelazo: 6.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.35 g; Błonnik pokarmowy: 9.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),		Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Grycikowa 350ml*(1,8,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	
				Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.89 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 360.14 g; Magnez: 277.17 mg; Sód: 2647.40 mg; Wapń: 529.66 mg; Żelazo: 9.20 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			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), papryka św. 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rukola 5g,		Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,		ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 50g, Herbata b/c 250ml*, chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), roszponka 5g,	
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),		Podwieczorek: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.25 kcal; Białko ogółem: 128.92 g; Tłuszcz: 94.46 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; Magnez: 380.08 mg; Sód: 1945.41 mg; Wapń: 1091.83 mg; Żelazo: 14.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-21			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), papryka św. 100g , twaróg krajanka 70g (2),. rukola 5g, pomidor 100g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 3 kromki 85g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.78 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 248.06 g; Magnez: 322.84 mg; Sód: 1278.78 mg; Wapń: 383.32 mg; Żelazo: 12.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			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, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twarożek 70g (2), roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1705.10 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 197.28 g; Magnez: 253.16 mg; Sód: 968.52 mg; Wapń: 335.51 mg; Żelazo: 10.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),			
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.79 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 51.90 g; Węglowodany ogółem: 423.46 g; Magnez: 334.06 mg; Sód: 1943.44 mg; Wapń: 294.04 mg; Żelazo: 13.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,	serek homog. nat. 60g.(2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1),			
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.38 kcal; Białko ogółem: 153.66 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 423.57 g; Magnez: 403.12 mg; Sód: 2362.82 mg; Wapń: 1047.02 mg; Żelazo: 14.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 21.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.15 kcal; Białko ogółem: 132.32 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 288.41 g; Magnez: 327.78 mg; Sód: 1804.31 mg; Wapń: 1086.55 mg; Żelazo: 11.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-21		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII	
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, twarówek 70g (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), rzodkiewka 100g, Masło 20g* (2), roszponka 5g ,	
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.62 kcal; Białko ogółem: 136.80 g; Tłuszcz: 75.35 g; Węglowodany ogółem: 309.52 g; Magnez: 427.62 mg; Sód: 1761.80 mg; Wapń: 430.76 mg; Żelazo: 15.56 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI	
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka bartnika 50g(1,2,8,11,13)m, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13),	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2959.43 kcal; Białko ogółem: 163.19 g; Tłuszcz: 93.34 g; Węglowodany ogółem: 388.76 g; Magnez: 375.32 mg; Sód: 3556.07 mg; Wapń: 1116.47 mg; Żelazo: 14.58 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-21		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX	
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), jabłko deserowe 1 szt, dżem 50g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), roszponka 5g ,	
II Śniadanie: Croissant z nadzieniem kakaowym 1szt.(60g) ,	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.98 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 69.25 g; Węglowodany ogółem: 371.78 g; Magnez: 296.39 mg; Sód: 2240.58 mg; Wapń: 740.52 mg; Żelazo: 11.87 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Witamina C: 0.00 mg;