

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.18 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 114.75 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; Magnez: 301.79 mg; Sód: 2507.07 mg; Wapń: 875.87 mg; Żelazo: 13.21 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 48.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, jabłko deserowe 1	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.06 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 94.26 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; Magnez: 286.28 mg; Sód: 2006.35 mg; Wapń: 924.82 mg; Żelazo: 10.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.67 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 329.52 g; Magnez: 336.05 mg; Sód: 1830.54 mg; Wapń: 1315.75 mg; Żelazo: 11.26 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.67 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 320.66 g; Magnez: 344.97 mg; Sód: 2183.95 mg; Wapń: 994.40 mg; Żelazo: 10.38 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), jabłko deserowe 1	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twarózek 70g, roszonek 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1960.86 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 288.62 g; Magnez: 277.30 mg; Sód: 1886.74 mg; Wapń: 862.20 mg; Żelazo: 7.89 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, blok drobiowy 50g(1), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), bukiet	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), roszonek 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.22 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 104.73 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; Magnez: 339.20 mg; Sód: 2831.24 mg; Wapń: 1328.55 mg; Żelazo: 13.03 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 48.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250 g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1389.35 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 155.89 g; Magnez: 218.35 mg; Sód: 775.88 mg; Wapń: 1168.13 mg; Żelazo: 8.12 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.31 g; Błonnik pokarmowy: 9.71 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1120.56 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 112.27 g; Magnez: 205.88 mg; Sód: 648.02 mg; Wapń: 387.30 mg; Żelazo: 5.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 10.45 g; Błonnik pokarmowy: 11.57 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw diety 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.97 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; Magnez: 354.00 mg; Sód: 2197.49 mg; Wapń: 1247.10 mg; Żelazo: 8.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza gryczana 200 g, jabłko	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.87 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 110.68 g; Węglowodany ogółem: 359.14 g; Magnez: 484.22 mg; Sód: 2615.09 mg; Wapń: 324.53 mg; Żelazo: 17.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.47 g; Błonnik pokarmowy: 45.36 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kasza gryczana 200g(2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.47 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 104.18 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; Magnez: 560.10 mg; Sód: 2901.06 mg; Wapń: 1062.80 mg; Żelazo: 15.46 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.45 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarózek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1610.55 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 207.26 g; Magnez: 247.76 mg; Sód: 521.88 mg; Wapń: 604.60 mg; Żelazo: 7.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), herbata b/cukru 250 g,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata b/c 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata b/c 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 365.40 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 80.54 g; Magnez: 18.98 mg; Sód: 3.59 mg; Wapń: 18.05 mg; Żelazo: 0.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna 10g 1szt., blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1),	selerowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, jabłko deserowe 1	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1927.76 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 55.40 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; Magnez: 261.58 mg; Sód: 3056.30 mg; Wapń: 573.95 mg; Żelazo: 9.92 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 15.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250 g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, jabłko deserowe 1	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.47 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 353.97 g; Magnez: 325.56 mg; Sód: 2359.15 mg; Wapń: 1336.33 mg; Żelazo: 10.41 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 26.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Ryżowa 350ml(8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twarówek 70g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1865.94 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; Magnez: 172.05 mg; Sód: 1062.42 mg; Wapń: 874.88 mg; Żelazo: 6.78 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Herbata b/c 250 g, rukola 5g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza	chleb razowy 90g(1), Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Herbata b/c 250ml*, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: kiwi 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.05 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; Magnez: 416.60 mg; Sód: 2263.83 mg; Wapń: 642.53 mg; Żelazo: 16.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.54 g; Błonnik pokarmowy: 48.25 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), bukiet	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Pomidor 50g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), roszonek 5g , serek homog.naturalny 70g. (2),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2798.22 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 119.93 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; Magnez: 339.70 mg; Sód: 2882.84 mg; Wapń: 1826.55 mg; Żelazo: 10.61 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 57.53 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; Witamina C: 0.00 mg;

poniedziałek 2024-01-22		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: mandarynka 2 szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.89 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 100.38 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; Magnez: 289.58 mg; Sód: 2084.28 mg; Wapń: 765.45 mg; Żelazo: 9.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb przemno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*. gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskopty bez cukru 15g (1,3), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.53 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 80.32 g; Węglowodany ogółem: 316.09 g; Magnez: 352.54 mg; Sód: 2741.34 mg; Wapń: 1140.81 mg; Żelazo: 11.51 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.53 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 76.92 g; Węglowodany ogółem: 355.49 g; Magnez: 385.93 mg; Sód: 2246.74 mg; Wapń: 1207.44 mg; Żelazo: 12.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.12 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 335.41 g; Magnez: 333.06 mg; Sód: 1719.51 mg; Wapń: 942.72 mg; Żelazo: 10.72 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.72 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 404.92 g; Magnez: 428.11 mg; Sód: 2901.58 mg; Wapń: 1198.41 mg; Żelazo: 12.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.90 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 58.64 g; Węglowodany ogółem: 344.16 g; Magnez: 343.13 mg; Sód: 2112.64 mg; Wapń: 537.47 mg; Żelazo: 9.75 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), blok drobiowy 50g(1),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.81 kcal; Białko ogółem: 116.34 g; Tłuszcz: 78.10 g; Węglowodany ogółem: 342.51 g; Magnez: 377.06 mg; Sód: 2654.95 mg; Wapń: 975.92 mg; Żelazo: 14.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1486.11 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 158.35 g; Magnez: 277.64 mg; Sód: 784.31 mg; Wapń: 1368.59 mg; Żelazo: 9.66 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.70 g; Błonnik pokarmowy: 8.16 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1518.68 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 50.68 g; Węglowodany ogółem: 157.40 g; Magnez: 281.89 mg; Sód: 933.04 mg; Wapń: 623.56 mg; Żelazo: 7.55 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 18.79 g; Błonnik pokarmowy: 11.48 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.52 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 61.51 g; Węglowodany ogółem: 394.61 g; Magnez: 371.96 mg; Sód: 2875.28 mg; Wapń: 731.71 mg; Żelazo: 10.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2104.59 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 306.41 g; Magnez: 383.20 mg; Sód: 3473.96 mg; Wapń: 573.82 mg; Żelazo: 14.61 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt., schab duszony	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.99 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; Tłuszcz: 72.31 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; Magnez: 471.03 mg; Sód: 2628.35 mg; Wapń: 1000.57 mg; Żelazo: 15.92 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.79 g; Błonnik pokarmowy: 41.11 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g ,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1657.51 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 57.04 g; Węglowodany ogółem: 235.08 g; Magnez: 288.98 mg; Sód: 1216.50 mg; Wapń: 562.76 mg; Żelazo: 7.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata b/c 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata b/c 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata b/c 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 365.40 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 80.54 g; Magnez: 18.96 mg; Sód: 3.48 mg; Wapń: 18.00 mg; Żelazo: 0.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Banan 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), dżem 50g, rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1947.80 kcal; Białko ogółem: 68.27 g; Tłuszcz: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; Magnez: 291.95 mg; Sód: 2238.88 mg; Wapń: 231.62 mg; Żelazo: 10.18 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.97 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 64.18 g; Węglowodany ogółem: 420.07 g; Magnez: 441.58 mg; Sód: 2873.63 mg; Wapń: 1592.74 mg; Żelazo: 13.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.67 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 424.17 g; Magnez: 370.27 mg; Sód: 1871.52 mg; Wapń: 1286.58 mg; Żelazo: 13.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Masło 20g* (2), chleb razowy 90g(1), szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), roszponka 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2090.23 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 64.74 g; Węglowodany ogółem: 309.33 g; Magnez: 406.78 mg; Sód: 2364.59 mg; Wapń: 613.52 mg; Żelazo: 14.03 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab duszony 80g w sosie	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Pomidor 50g, roszponka 10g, twaróg krajanka 70g (2), serek homo owocowy 70g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.32 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 83.10 g; Węglowodany ogółem: 394.54 g; Magnez: 443.86 mg; Sód: 2860.51 mg; Wapń: 1102.66 mg; Żelazo: 15.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2024-01-23		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 50g, szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homo owocowy 70g, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Croissant z nadzieniem kakaowym 1szt.(60g) ,	Podwieczorek: Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.30 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 409.62 g; Magnez: 284.48 mg; Sód: 2162.95 mg; Wapń: 979.25 mg; Żelazo: 10.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.74 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 398.67 g; Magnez: 405.23 mg; Sód: 2383.68 mg; Wapń: 992.26 mg; Żelazo: 14.90 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.55 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 374.04 g; Magnez: 344.00 mg; Sód: 2775.27 mg; Wapń: 921.81 mg; Żelazo: 12.57 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.75 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 66.68 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; Magnez: 308.09 mg; Sód: 2637.51 mg; Wapń: 553.54 mg; Żelazo: 12.12 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza 120g, Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.00 kcal; Białko ogółem: 71.52 g; Tłuszcz: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 335.93 g; Magnez: 288.10 mg; Sód: 2552.06 mg; Wapń: 515.70 mg; Żelazo: 10.57 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.44 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Magnez: 301.79 mg; Sód: 2415.91 mg; Wapń: 541.21 mg; Żelazo: 11.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.30 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; Magnez: 322.39 mg; Sód: 2739.66 mg; Wapń: 671.54 mg; Żelazo: 14.37 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1210.90 kcal; Białko ogółem: 57.04 g; Tłuszcz: 52.12 g; Węglowodany ogółem: 143.90 g; Magnez: 188.00 mg; Sód: 494.78 mg; Wapń: 744.63 mg; Żelazo: 6.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.53 g; Błonnik pokarmowy: 9.68 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1379.90 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 49.75 g; Węglowodany ogółem: 136.71 g; Magnez: 248.66 mg; Sód: 691.99 mg; Wapń: 417.81 mg; Żelazo: 7.57 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 17.76 g; Błonnik pokarmowy: 11.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.95 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 65.40 g; Węglowodany ogółem: 388.08 g; Magnez: 293.80 mg; Sód: 3008.71 mg; Wapń: 446.55 mg; Żelazo: 10.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: Biskopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.65 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 365.41 g; Magnez: 422.43 mg; Sód: 2601.93 mg; Wapń: 798.73 mg; Żelazo: 14.71 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.30 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.15 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; Magnez: 396.70 mg; Sód: 2896.47 mg; Wapń: 582.21 mg; Żelazo: 14.89 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.54 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, serek homo owocowy 70g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1451.00 kcal; Białko ogółem: 58.95 g; Tłuszcz: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 197.10 g; Magnez: 231.31 mg; Sód: 660.33 mg; Wapń: 554.45 mg; Żelazo: 8.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 486.90 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 110.48 g; Magnez: 18.96 mg; Sód: 3.78 mg; Wapń: 18.30 mg; Żelazo: 0.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), rzodkiewka 100g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1875.00 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; Magnez: 255.60 mg; Sód: 2443.91 mg; Wapń: 237.20 mg; Żelazo: 10.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 7.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), pomidor 100g, blok drobiowy 50g(1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.30 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 56.09 g; Węglowodany ogółem: 373.85 g; Magnez: 343.65 mg; Sód: 2796.12 mg; Wapń: 916.21 mg; Żelazo: 12.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.39 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 324.20 g; Magnez: 285.26 mg; Sód: 2007.35 mg; Wapń: 712.69 mg; Żelazo: 12.24 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), Herbata b/c 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), Masło 15g*(2), Pasta rybna 70 g(2,4), pomidor 100g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.44 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 68.25 g; Węglowodany ogółem: 365.95 g; Magnez: 428.71 mg; Sód: 2582.00 mg; Wapń: 801.12 mg; Żelazo: 14.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.09 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2)., rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pomarańcza 120g, Klops drobiowy parowany 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.30 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; Magnez: 322.39 mg; Sód: 2739.66 mg; Wapń: 671.54 mg; Żelazo: 14.37 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), blok drobiowy 50g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Wafel skawa 20g.(1,2,6,7),	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.90 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 96.44 g; Węglowodany ogółem: 408.18 g; Magnez: 349.40 mg; Sód: 2823.82 mg; Wapń: 837.06 mg; Żelazo: 12.60 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), Bułka kajzerka 50g (1), ser żółty 60g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g, rozspanka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z kurczaka panier. 90g(1,3,13), kiwi	szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.10 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 100.48 g; Węglowodany ogółem: 414.71 g; Magnez: 423.78 mg; Sód: 3105.30 mg; Wapń: 1442.93 mg; Żelazo: 13.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 46.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g*(1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.88 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 404.22 g; Magnez: 437.42 mg; Sód: 2938.37 mg; Wapń: 987.94 mg; Żelazo: 15.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1895.13 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 47.08 g; Węglowodany ogółem: 310.42 g; Magnez: 358.05 mg; Sód: 2143.45 mg; Wapń: 583.17 mg; Żelazo: 12.90 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 20.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidor 50g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1820.02 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 56.38 g; Węglowodany ogółem: 276.99 g; Magnez: 255.46 mg; Sód: 2098.16 mg; Wapń: 487.43 mg; Żelazo: 8.23 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Bułka kajzerka 50g (1), pomidor 100g, rozspanka 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg 70g, ogórek zielony 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonawiliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1658.85 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 253.29 g; Magnez: 223.03 mg; Sód: 1472.79 mg; Wapń: 290.53 mg; Żelazo: 7.36 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 26.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX	
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.69 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; Magnez: 370.80 mg; Sód: 2458.34 mg; Wapń: 722.03 mg; Żelazo: 12.89 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1455.94 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 61.63 g; Węglowodany ogółem: 141.11 g; Magnez: 255.05 mg; Sód: 1115.93 mg; Wapń: 1158.29 mg; Żelazo: 9.67 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.46 g; Błonnik pokarmowy: 8.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 990.90 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 97.05 g; Magnez: 162.67 mg; Sód: 536.07 mg; Wapń: 356.19 mg; Żelazo: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.12 g; Błonnik pokarmowy: 6.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2080.90 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 324.54 g; Magnez: 254.48 mg; Sód: 2632.25 mg; Wapń: 435.73 mg; Żelazo: 8.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI	
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), papryka św. 100g , roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z	szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.60 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 76.00 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; Magnez: 402.94 mg; Sód: 2564.39 mg; Wapń: 392.60 mg; Żelazo: 15.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa z mlekiem 250 ml, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), papryka św. 100g, rosółka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z	szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonaniowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.63 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 65.56 g; Węglowodany ogółem: 327.89 g; Magnez: 394.00 mg; Sód: 2550.74 mg; Wapń: 490.35 mg; Żelazo: 12.52 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.12 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Filet z	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonaniowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1278.82 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 146.97 g; Magnez: 176.45 mg; Sód: 1149.93 mg; Wapń: 684.51 mg; Żelazo: 5.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.08 g; Błonnik pokarmowy: 15.18 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 486.90 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 110.48 g; Magnez: 18.96 mg; Sód: 3.78 mg; Wapń: 18.30 mg; Żelazo: 0.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.91 kcal; Białko ogółem: 82.46 g; Tłuszcz: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 378.79 g; Magnez: 344.89 mg; Sód: 2723.60 mg; Wapń: 311.14 mg; Żelazo: 13.34 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 7.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homonaniowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.39 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; Magnez: 431.05 mg; Sód: 2744.64 mg; Wapń: 976.38 mg; Żelazo: 14.85 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 17.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1757.06 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; Magnez: 283.61 mg; Sód: 1682.47 mg; Wapń: 690.76 mg; Żelazo: 14.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Masło 20g* (2), chleb razowy 90g(1), polędwica sopocka 50g(8), papryka św. 100g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Szpinak	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.73 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 75.78 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; Magnez: 438.58 mg; Sód: 2553.21 mg; Wapń: 405.96 mg; Żelazo: 17.86 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.86 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.99 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 84.86 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; Magnez: 389.50 mg; Sód: 2770.84 mg; Wapń: 1131.43 mg; Żelazo: 15.30 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 42.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody	szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: budyń z sokiem malinowym 250ml(2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.26 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 341.50 g; Magnez: 333.72 mg; Sód: 2271.80 mg; Wapń: 465.96 mg; Żelazo: 10.27 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka50g, chleb pszenno-żytni35g (1), Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka smaż.100g(1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2853.52 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 104.69 g; Węglowodany ogółem: 393.93 g; Magnez: 457.60 mg; Sód: 2882.79 mg; Wapń: 1234.84 mg; Żelazo: 11.80 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 48.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.72 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 380.92 g; Magnez: 417.93 mg; Sód: 2211.83 mg; Wapń: 1272.97 mg; Żelazo: 11.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, ziemniaki b/soli 200g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1901.21 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Magnez: 363.45 mg; Sód: 1292.59 mg; Wapń: 994.71 mg; Żelazo: 12.10 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sałata zielona z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.14 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 286.03 g; Magnez: 346.34 mg; Sód: 1599.97 mg; Wapń: 878.95 mg; Żelazo: 9.26 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, marchew gotowana	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1826.80 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 276.25 g; Magnez: 307.82 mg; Sód: 1156.52 mg; Wapń: 605.92 mg; Żelazo: 7.41 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.56 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; Magnez: 361.14 mg; Sód: 1910.66 mg; Wapń: 935.24 mg; Żelazo: 9.32 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1450.20 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 157.86 g; Magnez: 215.26 mg; Sód: 714.38 mg; Wapń: 1251.70 mg; Żelazo: 7.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.22 g; Błonnik pokarmowy: 6.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1065.10 kcal; Białko ogółem: 42.61 g; Tłuszcz: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 143.71 g; Magnez: 175.26 mg; Sód: 318.88 mg; Wapń: 361.20 mg; Żelazo: 4.31 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 23.04 g; Błonnik pokarmowy: 12.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 400ml* (8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1802.72 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz: 61.75 g; Węglowodany ogółem: 251.74 g; Magnez: 265.60 mg; Sód: 2148.71 mg; Wapń: 748.72 mg; Żelazo: 7.35 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.74 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; Magnez: 517.51 mg; Sód: 2988.64 mg; Wapń: 1021.77 mg; Żelazo: 13.65 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.70 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
kakao 250ml(1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.46 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; Magnez: 491.98 mg; Sód: 2894.88 mg; Wapń: 878.82 mg; Żelazo: 13.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1354.34 kcal; Białko ogółem: 63.03 g; Tłuszcz: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 169.51 g; Magnez: 234.12 mg; Sód: 603.58 mg; Wapń: 533.18 mg; Żelazo: 5.04 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.00 g; Błonnik pokarmowy: 15.24 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26		Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI
kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 452.10 kcal; Białko ogółem: 8.27 g; Tłuszcz: 1.24 g; Węglowodany ogółem: 102.81 g; Magnez: 17.16 mg; Sód: 3.48 mg; Wapń: 16.60 mg; Żelazo: 0.86 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.17 g; Błonnik pokarmowy: 2.38 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka bartnika 50g (1,2,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1844.69 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; Magnez: 310.16 mg; Sód: 2891.91 mg; Wapń: 235.72 mg; Żelazo: 9.51 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 7.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.72 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 380.41 g; Magnez: 417.13 mg; Sód: 2232.48 mg; Wapń: 1266.17 mg; Żelazo: 11.18 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 19.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1896.86 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 276.78 g; Magnez: 265.40 mg; Sód: 1781.75 mg; Wapń: 650.96 mg; Żelazo: 8.26 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), kakao b/c 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka	Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.79 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; Magnez: 508.08 mg; Sód: 2984.70 mg; Wapń: 982.75 mg; Żelazo: 13.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, serek homo owocowy 70g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.86 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 80.97 g; Węglowodany ogółem: 314.55 g; Magnez: 393.74 mg; Sód: 1827.96 mg; Wapń: 980.24 mg; Żelazo: 12.25 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Witamina C: 0.00 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Ziemniaki	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), ogórek zielony 100g,
II Śniadanie: galaretką 250g,	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.70 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 424.09 g; Magnez: 453.08 mg; Sód: 2094.38 mg; Wapń: 790.41 mg; Żelazo: 12.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.29 g; Błonnik pokarmowy: 39.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką (1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Duszone mięso drobiowe z pieczarkami i ogórkiem konserwowym 150g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż biały 200g*, sałatka z buraków 120g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.92 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 87.65 g; Węglowodany ogółem: 376.14 g; Magnez: 348.50 mg; Sód: 2383.16 mg; Wapń: 774.87 mg; Żelazo: 15.38 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż biały 200g*, buraczki	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.64 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; Magnez: 327.46 mg; Sód: 2639.94 mg; Wapń: 726.89 mg; Żelazo: 13.91 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), sos	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.60 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; Magnez: 288.15 mg; Sód: 1505.95 mg; Wapń: 445.49 mg; Żelazo: 11.98 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.72 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz: 59.80 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; Magnez: 269.14 mg; Sód: 2288.02 mg; Wapń: 278.84 mg; Żelazo: 12.38 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; Witamina C: 0.00 mg;		
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.40 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 54.93 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Magnez: 261.28 mg; Sód: 1456.84 mg; Wapń: 346.50 mg; Żelazo: 8.50 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rosłonka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Ser topiony 50g* (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.47 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 84.67 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; Magnez: 336.04 mg; Sód: 2764.92 mg; Wapń: 573.94 mg; Żelazo: 13.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 44.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe	Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1538.15 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 154.55 g; Magnez: 262.78 mg; Sód: 735.39 mg; Wapń: 897.65 mg; Żelazo: 10.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 9.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa	Herbata 250g, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1286.95 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 135.52 g; Magnez: 184.88 mg; Sód: 575.09 mg; Wapń: 102.05 mg; Żelazo: 5.70 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 8.64 g; Błonnik pokarmowy: 9.74 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos	Herbata 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1712.05 kcal; Białko ogółem: 64.85 g; Tłuszcz: 56.43 g; Węglowodany ogółem: 256.73 g; Magnez: 213.47 mg; Sód: 1835.07 mg; Wapń: 167.39 mg; Żelazo: 7.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-27		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI	
Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Sos koperkowy	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.75 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 74.94 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; Magnez: 440.74 mg; Sód: 2571.81 mg; Wapń: 636.90 mg; Żelazo: 17.64 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.28 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Herbata b/c 250ml*, chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ryż biały 200g*, buraczki	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.44 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; Magnez: 348.06 mg; Sód: 2544.69 mg; Wapń: 314.99 mg; Żelazo: 15.16 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.00 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1405.68 kcal; Białko ogółem: 62.31 g; Tłuszcz: 63.17 g; Węglowodany ogółem: 169.02 g; Magnez: 217.95 mg; Sód: 998.49 mg; Wapń: 626.89 mg; Żelazo: 9.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27		Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI	
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 469.50 kcal; Białko ogółem: 8.70 g; Tłuszcz: 1.30 g; Węglowodany ogółem: 106.64 g; Magnez: 18.06 mg; Sód: 3.63 mg; Wapń: 17.45 mg; Żelazo: 0.90 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.18 g; Błonnik pokarmowy: 2.50 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 400ml* (8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż biały 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), grejfrut 150g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1842.26 kcal; Białko ogółem: 65.33 g; Tłuszcz: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; Magnez: 193.45 mg; Sód: 2487.44 mg; Wapń: 250.12 mg; Żelazo: 10.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 10.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-27			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż biały 200g*, buraczki	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.89 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 54.46 g; Węglowodany ogółem: 381.93 g; Magnez: 325.31 mg; Sód: 2662.99 mg; Wapń: 740.39 mg; Żelazo: 14.13 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 17.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 300g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.14 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 353.37 g; Magnez: 232.31 mg; Sód: 1816.02 mg; Wapń: 846.12 mg; Żelazo: 8.86 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27			Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb razowy 90g(1), Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos koperkowy	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , chleb razowy 90g(1), rukola 5g,			
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.80 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 63.88 g; Węglowodany ogółem: 380.52 g; Magnez: 469.95 mg; Sód: 3330.66 mg; Wapń: 418.11 mg; Żelazo: 18.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.12 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), blok drobiowy 50g(1), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.12 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 81.98 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; Magnez: 351.89 mg; Sód: 2920.62 mg; Wapń: 851.84 mg; Żelazo: 16.12 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; Witamina C: 0.00 mg;

sobota 2024-01-27			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Ryż biały 200g*, buraczki	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka świeża 50g.,			
II Śniadanie: serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2),	Podwieczorek: Herbatniki be-be 14g (1,2,8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.11 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 80.16 g; Węglowodany ogółem: 333.00 g; Magnez: 293.82 mg; Sód: 1933.61 mg; Wapń: 344.18 mg; Żelazo: 13.84 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), rzodkiewka 100g, Masło 15g*(2), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2648.38 kcal; Białko ogółem: 110.59 g; Tłuszcz: 87.14 g; Węglowodany ogółem: 386.72 g; Magnez: 393.88 mg; Sód: 2906.38 mg; Wapń: 912.68 mg; Żelazo: 11.28 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.30 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; Magnez: 374.69 mg; Sód: 2911.62 mg; Wapń: 854.77 mg; Żelazo: 10.68 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (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]: 2293.65 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Magnez: 328.29 mg; Sód: 2071.77 mg; Wapń: 631.57 mg; Żelazo: 11.70 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (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]: 2373.50 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g; Magnez: 333.74 mg; Sód: 2609.14 mg; Wapń: 618.60 mg; Żelazo: 9.54 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.55 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 72.11 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; Magnez: 332.04 mg; Sód: 2215.39 mg; Wapń: 608.76 mg; Żelazo: 8.93 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 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, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, Ser topiony 50g* (2), rozszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.10 kcal; Białko ogółem: 113.47 g; Tłuszcz: 101.62 g; Węglowodany ogółem: 350.04 g; Magnez: 352.09 mg; Sód: 3229.42 mg; Wapń: 743.57 mg; Żelazo: 10.76 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 46.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, rosół czysty	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1244.16 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 141.47 g; Magnez: 171.19 mg; Sód: 1851.25 mg; Wapń: 1091.00 mg; Żelazo: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 20.49 g; Błonnik pokarmowy: 4.53 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1649.21 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 156.60 g; Magnez: 183.34 mg; Sód: 655.76 mg; Wapń: 1104.14 mg; Żelazo: 5.42 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.64 g; Błonnik pokarmowy: 4.97 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Twaróg 70g* (2),
		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.25 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; Magnez: 244.14 mg; Sód: 1898.42 mg; Wapń: 498.83 mg; Żelazo: 7.54 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), rzodkiewka 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: ser żółty 60g (2),	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.74 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 89.67 g; Węglowodany ogółem: 309.09 g; Magnez: 387.18 mg; Sód: 3844.64 mg; Wapń: 825.70 mg; Żelazo: 13.37 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, ziemniaki 200g ^A (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.37 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 78.96 g; Węglowodany ogółem: 326.79 g; Magnez: 419.00 mg; Sód: 3149.89 mg; Wapń: 275.16 mg; Żelazo: 14.93 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	rosół czysty 400ml (13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1802.70 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 215.84 g; Magnez: 282.09 mg; Sód: 2521.36 mg; Wapń: 909.98 mg; Żelazo: 6.62 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.37 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI	
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 486.90 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 110.48 g; Magnez: 18.96 mg; Sód: 3.78 mg; Wapń: 18.30 mg; Żelazo: 0.95 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g , roszonek 5g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.24 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 50.80 g; Węglowodany ogółem: 355.70 g; Magnez: 312.71 mg; Sód: 2631.79 mg; Wapń: 209.48 mg; Żelazo: 10.22 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 12.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III	
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.05 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 69.55 g; Węglowodany ogółem: 388.41 g; Magnez: 374.34 mg; Sód: 2932.47 mg; Wapń: 849.17 mg; Żelazo: 10.64 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 18.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Ser topiony 50g* (2), Pomidor 50g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.57 kcal; Białko ogółem: 68.68 g; Tłuszcz: 79.10 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Magnez: 286.35 mg; Sód: 1867.31 mg; Wapń: 731.25 mg; Żelazo: 9.42 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250ml*, szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), chleb graham 6 kromek 140g(1), rzodkiewka 100g, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: kiwi 1szt.,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.66 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 326.71 g; Magnez: 433.43 mg; Sód: 2839.33 mg; Wapń: 263.38 mg; Żelazo: 13.92 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Pomidor 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), Sałata zielona - 20 g, Ser topiony 50g* (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.65 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 109.84 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; Magnez: 342.64 mg; Sód: 3356.72 mg; Wapń: 691.17 mg; Żelazo: 11.98 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 49.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g; Witamina C: 0.00 mg;

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11), rzodkiewka 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.39 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 79.17 g; Węglowodany ogółem: 395.59 g; Magnez: 360.36 mg; Sód: 3016.39 mg; Wapń: 436.88 mg; Żelazo: 11.42 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.53 g; Witamina C: 0.00 mg;