

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|--|--|---|
| poniedziałek 2024-02-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1) (GLU), Masło 20g* (2), filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (GLU), pomidor 100g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.30 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 308.51 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 97.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

| | | |
|--|--|---|
| poniedziałek 2024-02-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko gotowane 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2054.65 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

| | | |
|--|---|---|
| poniedziałek 2024-02-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2) (MLE), brokuły z wody 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.60 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , twaróg 70g (2) , pomidor 100g , rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.00 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 74.29 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g; suma cukrów prostych: 74.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , pomidor 100g , rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2) , ogórek zielony 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.07 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 75.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , pomidor 100g , Twaróg ze szczypiorkiem 70g(2) (MLE), rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , rzodkiewka 100g , twaróg krajanka 70g (2) , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.10 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 73.70 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; Sól: 5.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV |
|---|---|---|
| Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (MLE), Herbata z cukrem 250ml* , | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , kompot z owoców 250ml , ziemniaki 250g(2) (MLE), Masło 15g*(2) , | Ryżowa 350ml* (8,13) , Herbata z cukrem 250 g , ziemniaki 250g(2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1910.73 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 258.33 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.43 g; suma cukrów prostych: 59.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (<i>MLE</i>), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Masło 15g*(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1968.30 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 92.43 g; Węglowodany ogółem: 203.28 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.78 g; suma cukrów prostych: 62.60 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.80 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 74.61 g; Węglowodany ogółem: 363.55 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 92.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|--|---|--|
| Herbata ekspresowa b/c 250ml,* , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , rukola 5g , pomidor 100g , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13) , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , |
| II Śniadanie: Kefir 150g*(2) , | Podwieczorek: kisiel b/c 250g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 30g (1,3) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1927.70 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 56.04 g; Węglowodany ogółem: 298.44 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g; suma cukrów prostych: 63.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|---|--|--|
| Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , ogórek zielony 100g , rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: gruszka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1886.32 kcal; Białko ogółem: 74.35 g; Tłuszcz: 58.16 g; Węglowodany ogółem: 280.31 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|---|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , Masło 20g* (2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , chleb b/glutenowy 3 kromki , pomidor 100g , rukola 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2080.95 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 264.39 g;
Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.50 g; suma cukrów prostych: 70.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , margaryna rama 20g 2szt. , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , pomidor 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , rukola 5g , | Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13) , pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), | margaryna rama 20g 2szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1920.85 kcal; Białko ogółem: 63.01 g; Tłuszcz: 47.97 g; Węglowodany ogółem: 312.06 g;
Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.16 g; suma cukrów prostych: 53.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , margaryna roślinna 10g 1szt. , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , pomidor 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), rukola 5g , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13) , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , serek homo.nat. 1 szt. 120g (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1991.45 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 290.54 g;
Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.79 g; suma cukrów prostych: 76.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , Masło 20g* (2) , pomidor 100g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z serem 300g* (1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , rzodkiewka 100g , twaróg krajanka 70g (2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>) , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biszkoty bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.40 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 292.22 g;
Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 85.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|--|--|--|
| kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (GLU), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , rukola 5g , pomidor 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. , brokuły z wody 120 g , | kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 15g*(2) , twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , Herbata b/c 250g , rosółka 5g , |
| II Śniadanie: Kefir 150g*(2) , | Podwieczorek: kisiel b/c 250g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.70 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 302.47 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 81.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , pomidor 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rukola 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog. naturalny 70g. (2) , rzodkiewka 100g , twaróg krajanka 70g (2) , rosółka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.05 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 82.84 g; Węglowodany ogółem: 292.63 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.31 g; suma cukrów prostych: 74.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

| poniedziałek 2024-02-26 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|---|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , filet królewski z indykiem (1,2,3,6,8,9,11,13) , pomidor 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g , mandarynka 2 szt. , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt. , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , rosółka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.21 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 75.58 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; suma cukrów prostych: 96.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|--|---|---|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Kalaflor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: gruszka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.64 kcal; Białko ogółem: 122.45 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 370.29 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 103.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g;

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.56 kcal; Białko ogółem: 121.52 g; Tłuszcz: 68.18 g; Węglowodany ogółem: 378.72 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.90 g; suma cukrów prostych: 117.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

| | | |
|--|---|--|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Grycikowa 300ml (1,8,13), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), indyk gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, szpinak gotowany b/soli 100g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.13 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 57.34 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 84.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

| | | |
|--|--|--|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , rzodkiewka 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , indyk gotowany 80 g , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg 70g (2) , pomidor 100g , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.08 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 91.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

| | | |
|--|---|---|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , ogórek zielony 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rukola 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , Filet z kurczaka gotowany 80g , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , marchew gotowana 120g (1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg 70g (2) , pomidor 100g , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.75 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 358.54 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 94.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , rzodkiewka 100g , serek wiejski 70g (2) , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , indyk duszony 80g w sosie wł. (1) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg 70g (2) , pomidor 100g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.86 kcal; Białko ogółem: 143.99 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 383.48 g; Sól: 8.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 121.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

| | | |
|---|--|--|
| wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml* (MLE), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , | Herbata z cukrem 250ml* , Grycikowa 350ml*(1,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), Marchew gotowana 150g*(1,2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.07 kcal; Białko ogółem: 128.93 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 299.23 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; suma cukrów prostych: 84.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|--|--|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), brokuły z wody 150g , Mięso mielone drobiowe 90g* , | Herbata z cukrem 250ml* , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.04 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 229.23 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 91.79 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|--|---|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , Mus warzywno-owocowy 100g* , kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.26 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 83.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|--|---|---|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , papryka św. 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rukola 5g , | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , indyk duszony 80g w sosie wł. (1) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , gruszka 1 szt. , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| II Śniadanie: mandarynka 1 szt. , | Podwieczorek: sok warzywny 150ml , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.26 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 73.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|--|---|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 20g* (2) , papryka św. 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , indyk duszony 80g w sosie wł. (1) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.86 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 313.52 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|---|--|--|
| chleb b/glutenowy 3 kromki , Masło 20g* (2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , rzodkiewka 100g , Herbata z cukrem 250ml* , rukola 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), wafle ryżowe 60g(8) , | Ryżowa 350ml(8,13) , indyk gotowany 80 g , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , Herbata z cukrem 250ml* , twarożek 70g , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.75 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 59.98 g; Węglowodany ogółem: 304.92 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 88.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.69 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), margaryna roślinna 10g 1szt. , rzodkiewka 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , rukola 5g , | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , indyk gotowany 80 g , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.45 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.66 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|---|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), margaryna roślinna 10g 1szt. , rzodkiewka 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), rukola 5g , | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , indyk gotowany 80 g , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twarożek 70g (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.36 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 380.18 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.62 g; suma cukrów prostych: 119.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|---|---|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto b/mięsa 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.94 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 118.20 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|--|---|--|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g, rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>), kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, gruszka 1 szt., | Herbata b/c 250g, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| II Śniadanie: mandarynka 1 szt., | Podwieczorek: sok warzywny 150ml, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.46 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; Sól: 10.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.82 g; suma cukrów prostych: 91.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|--|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2953.36 kcal; Białko ogółem: 150.76 g; Tłuszcz: 91.62 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; Sól: 9.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.11 g; suma cukrów prostych: 117.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-27 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|--|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , pomidor 100g , polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13) , kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), rukola 5g , | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Filet z kurczaka gotowany 80g , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , ogórek zielony 100g , roszponka 5g , Wafel skawa 20g.(1,2,6,7) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.49 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 392.71 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 126.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|--|---|--|
| środa 2024-02-28 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (GLU), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , ogórek konserwowy 100g* , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (GLU), | Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13) , ryż z jabłkami sł 300g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.09 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 80.60 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 87.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

| | | |
|---|--|---|
| środa 2024-02-28 | | |
| Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), roszponka 5g , | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , ryż z jabłkami sł 300g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , roszponka 5g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.84 kcal; Białko ogółem: 69.95 g; Tłuszcz: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 87.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;

| | | |
|---|---|--|
| środa 2024-02-28 | | |
| Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Ryżowa 350ml(8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , marchew gotowana 120g (1,2) , ziemniaki 250g(2) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2015.89 kcal; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; suma cukrów prostych: 65.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

| | | |
|---|---|---|
| środa 2024-02-28 | | |
| Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żółdkowego IV | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Ryżowa 350ml(8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg 70g (2) , rzodkiewka 100g , rukola 5g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |
|--|--|---|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.82 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

| środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Ryżowa 350ml(8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , ogórek zielony 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.84 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 54.90 g; Węglowodany ogółem: 317.40 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.52 g; suma cukrów prostych: 67.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

| środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 200g (2) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , serek homog.naturalny 70g. (2) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.61 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 340.94 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 72.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

| środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|--|--|---|
| Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (MLE), Herbata 250g , | Ryżowa 350ml(8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , ziemniaki 250g(2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2009.20 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 254.18 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.66 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|---|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), | brokuły z wody 120 g , Ryżowa 350ml(8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Masło 15g*(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1896.75 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 198.44 g;
Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Ryżowa 350ml(8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.72 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 333.33 g;
Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; suma cukrów prostych: 91.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|---|--|--|
| Herbata b/c 250g , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , ogórek konserwowy 100g* , roszonek 5g , | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Ryż brązowy z jabłkiem b/c 300g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , mandarynka 1 szt. , jogurt naturalny 150g(2) , Sałata zielona z | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , rukola 5g , |
| II Śniadanie: grejfrut 1 szt , | Podwieczorek: sok warzywny 150ml , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1860.84 kcal; Białko ogółem: 55.40 g; Tłuszcz: 61.59 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g;
Sól: 8.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.67 g; suma cukrów prostych: 89.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|---|--|
| Herbata b/c 250g , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Ryż brązowy z jabłkiem b/c 300g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałata zielona z sosem winogret 100g* , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1910.24 kcal; Białko ogółem: 64.01 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 277.15 g;
Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , chleb b/glutenowy 3 kromki , Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2) (MLE), wafle ryżowe 60g(8) , | ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13) , Ryż biały 200g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , rzodkiewka 100g , serek homog.naturalny 70g. (2) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.09 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 65.95 g; Błonnik pokarmowy: 18.82 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), margaryna roślinna 10g 1szt. , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , roszonek 5g , | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13) , ziemniaki 200g (2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , marchew gotowana 120g (1,2) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , Mus warzywno-owocowy 100g* , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , roszonek 5g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1925.48 kcal; Białko ogółem: 60.91 g; Tłuszcz: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.85 g; suma cukrów prostych: 62.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), margaryna roślinna 10g 1szt. , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), roszonek 5g , | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , ryż z jabłkami sł 300g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13) , roszonek 5g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1952.04 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.01 g; suma cukrów prostych: 86.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;

| środa 2024-02-28 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , ryż z jabłkami sł 300g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sałata zielona z sosem winegret 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Ser topiony 50g* (2) , rzodkiewka 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.94 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; suma cukrów prostych: 89.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-28 | | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
|---|--|---|--|--|--|
| kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (GLU), masło 10g(2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, rozspanka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU), kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż brązowy z jabłkiem b/c 300g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 1 szt., Sałata zielona z sosem winegret 100g*, jogurt naturalny 150g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), margaryna light 10g (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | | | |
| II Śniadanie: grejfrut 1 szt, | Podwieczorek: sok warzywny 150ml, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.74 kcal; Białko ogółem: 73.81 g; Tłuszcz: 54.62 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; Sól: 10.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.41 g; suma cukrów prostych: 119.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g;

| środa 2024-02-28 | | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | |
|--|---|---|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g*(2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 300g*(1,2,3), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, jogurt naturalny 150g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, | | | |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.44 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 103.27 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Sól: 9.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.03 g; suma cukrów prostych: 80.43 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;

| środa 2024-02-28 | | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
|---|--|---|-----------------------------------|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), rozspanka 5g, | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkami 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, jogurt naturalny 150g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), ogórek zielony 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, rukola 5g, | | | |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.74 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 68.16 g; Węglowodany ogółem: 307.05 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|---|---|---|
| czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (GLU), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Pasta rybna 70 g(2,4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (GLU), Bułka kajzerka 50g (1), | Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Stek wieprzowy 80g* (1,2,3), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos cebulowy 100ml (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: kiwi 1szt., | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.03 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 88.24 g; Węglowodany ogółem: 313.73 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

| | | |
|---|--|---|
| czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), filet z kurczaka gotowany 90g, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.64 kcal; Białko ogółem: 118.66 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 314.22 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;

| | | |
|---|--|---|
| czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), kasza jęczmienna 200g b/soli(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.93 kcal; Białko ogółem: 132.37 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 300.88 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g;

| | | |
|---|--|--|
| czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
|---|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , rzodkiewka 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.53 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 64.26 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | |
|---|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , ogórek zielony 100g , twaróg 70g (2) , rukola 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , | |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , Woda mineralna 500ml* , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.18 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | |
|--|--|---|--|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 15g*(2) , rzodkiewka 100g , serek wiejski 70g (2) , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), filet z kurczaka gotowany 90g , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kasza jęczmienna 200g*(1) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13) , roszonek 5g , | |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , Woda mineralna 500ml* , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.49 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 60.93 g; Węglowodany ogółem: 310.33 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | |
|---|---|--|--|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml (MLE), | Grycikowa 350ml*(1,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , | Herbata z cukrem 250ml* , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2) , ziemniaki 250g(2) (MLE), Mięso mielone drobiowe 90g* , | |
| | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.13 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 280.41 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|---|--|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml (MLE), | Mięso mielone drobiowe 90g* , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , masło 10g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml (MLE), |
| | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1994.03 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 87.43 g; Węglowodany ogółem: 200.23 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.89 g; suma cukrów prostych: 68.33 g; Błonnik pokarmowy: 15.04 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|--|---|--|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13) , Mus warzywno-owocowy 100g* , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 82.20 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.37 g; suma cukrów prostych: 108.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|--|---|--|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (GLU), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Pasta rybna 70 g(2,4) , papryka św. 100g , rukola 5g , | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), filet z kurczaka gotowany 90g , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , Kasza jęczmienna 200g*(1) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), Pomarańcza 120g , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (GLU), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13) , ogórek zielony 100g , roszonek 5g , |
| II Śniadanie: maślanka 150 ml (2) , | Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3) , | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , sucharki 15g* (1) , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 68.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|--|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 60.77 g; Węglowodany ogółem: 291.64 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; suma cukrów prostych: 83.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|---|--|---|
| chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), wafle ryżowe 60g(8), | Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana b/mąki 100g (13), Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: Pomarańcza 120g, | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2010.45 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 66.50 g; Węglowodany ogółem: 271.84 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 60.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, | szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt., | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.01 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 340.73 g; Sól: 7.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.12 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|---|--|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), filet z kurczaka gotowany 90g, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, |
| | Podwieczorek: Pomarańcza 120g, | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2092.79 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 305.36 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.97 g; suma cukrów prostych: 82.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|--|---|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.74 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.88 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|---|---|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), Masło 10g(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), Pasta rybna 70 g(2,4), papryka św. 100g, rukola 5g, Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), pomarańcza 1 szt, | Herbata b/c 250g, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Bułka kajzerka 50g (1), |
| II Śniadanie: maślanka 150 ml (2), | Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3), | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.42 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 54.36 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 102.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|--|--|--|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.79 kcal; Białko ogółem: 146.87 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 311.72 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 87.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-29 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|---|--|--|
| Herbata owocowa 250g* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , pomidor 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13) , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), rukola 5g , kiwi 1szt. , | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), Filet z kurczaka gotowany 80g , Kasza jęczmienna 200g*(1) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13) , ogórek zielony 100g , roszponka 5g , Croissant z nadzieniem kakaowym 1szt.(60g) , |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , sucharki 15g* (1) , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.39 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 56.55 g; Węglowodany ogółem: 304.19 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 78.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|--|---|--|
| piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , kakao 250ml(2) (MLE), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (GLU), Bułka kajzerka 50g (1) , | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Ryba parowana z groszkiem 170g* (4,13) , papryka świeża 30g. , | Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 15g*(2) , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.87 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 340.12 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.09 g; suma cukrów prostych: 116.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

| | | |
|---|--|--|
| piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| kakao 250ml(2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morskczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), sałata zielona 10g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.38 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 383.27 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 146.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

| | | |
|---|---|--|
| piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| kakao 250ml(2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morskczuka parowany 100g(4,13) , ziemniaki b/soli 200g m (MLE), brokuły z wody b/soli 100g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.48 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 138.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

| | | |
|--|---|--|
| piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , filet z morskczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , sałata zielona 10g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , rukola 5g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|------------------------------------|--|
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |
|--|------------------------------------|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.75 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 59.17 g; Węglowodany ogółem: 374.13 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 123.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

| | | |
|--------------------------|---|--|
| piątek 2024-03-01 | Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | |
|--------------------------|---|--|

| | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Filet z kurczaka gotowany 80g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , sałata zielona 10g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , pomidor 100g , rukola 5g , |
|--|--|--|

| | | |
|--|------------------------------------|--|
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopki bez cukru 15g , |
|--|------------------------------------|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.45 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 375.98 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 125.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

| | | |
|--------------------------|---|--|
| piątek 2024-03-01 | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | |
|--------------------------|---|--|

| | | |
|--|--|--|
| kakao 250ml(2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twarożek z koperkiem - 70g (2) (MLE), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , roszponka 5g , pomidor 100g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , sałata zielona 10g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , rzodkiewka 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , |
|--|--|--|

| | | |
|--|------------------------------------|--|
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |
|--|------------------------------------|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.58 kcal; Białko ogółem: 132.14 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 119.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

| | | |
|--------------------------|---|--|
| piątek 2024-03-01 | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | |
|--------------------------|---|--|

| | | |
|---|---|--|
| kakao 250ml(2) (MLE), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml (MLE), Mus warzywno-owocowy 100g* , | Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , | Marchew gotowana 150g*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml* , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , ziemniaki 250g(2) (MLE), |
|---|---|--|

| | | |
|--|--|---|
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , |
|--|--|---|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.26 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|--|--|---|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml (<i>MLE</i>), | Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , brokuły z wody 150g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Masło 10g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1948.98 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 91.08 g; Węglowodany ogółem: 194.88 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.97 g; suma cukrów prostych: 81.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.33 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|---|---|---|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , dżem 50g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), Mus warzywno-owocowy 100g* , | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biszkoty bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.58 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 76.88 g; Węglowodany ogółem: 380.86 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; suma cukrów prostych: 132.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|--|---|---|
| Kakao b/c 250 ml (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), rzodkiewka 100g , twaróg krajanka 70g (2) , rosół 5g , | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g , kiwi 1szt. , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8) , | Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g* , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Biszkoty bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.54 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 66.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|--|---|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 200g (2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: kiwi 1szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biszkoty bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.50 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 62.55 g; Węglowodany ogółem: 332.86 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g; suma cukrów prostych: 121.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , chleb b/glutenowy 3 kromki , Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), wafle ryżowe 60g(8) , | Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , brokuły z wody 120 g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , serek wiejski 70g (2) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.86 kcal; Białko ogółem: 73.34 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; suma cukrów prostych: 116.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|---|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , | Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1941.06 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 360.63 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.90 g; suma cukrów prostych: 114.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|---|--|---|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), sałata zielona 10g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , | Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.58 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 44.73 g; Węglowodany ogółem: 383.03 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.27 g; suma cukrów prostych: 146.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

| piątek 2024-03-01 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|---|--|---|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), sałata zielona 10g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), ser żółty 60g (2) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.18 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 75.39 g; Węglowodany ogółem: 383.08 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 146.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-03-01 | | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|
| chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), margaryna light 10g (2) , twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), roszponka 5g , kajzerka 50g, chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , surówka z marchewki z jabłkiem 120g , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , kiwi 1szt. , sałata zielona 10g , | | Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna light 10g (2) , pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , | | |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8) , | | Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g* , | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Biskopki bez cukru 15g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.80 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 50.48 g; Węglowodany ogółem: 346.40 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.53 g; suma cukrów prostych: 105.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;

| piątek 2024-03-01 | | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | | |
|---|--|--|--|---|--|--|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , Twarożek z koperkiem - 70g (2) (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) , roszponka 5g , rzodkiewka 100g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , sałata zielona 10g , | | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), serek homog.naturalny 70g. (2) , pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , | | |
| | | Podwieczorek: Banan 1 szt , | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.58 kcal; Białko ogółem: 132.14 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 119.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

| piątek 2024-03-01 | | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | | |
|---|--|--|-----------------------------------|---|--|--|
| kakao 250ml(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , dżem 50g , jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), | | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , filet z morszczuka parowany 100g(4,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), sałata zielona 10g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , | | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , galaretki 250g , | | |
| | | Podwieczorek: Banan 1 szt , | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.38 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 383.27 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 146.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|---|---|--|
| sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Herbata 250g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), roszonek 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1) (GLU), Bułka kajzerka 50g (1) , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , wątróbka drobiowa smażona 140g (1) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), surówka z ogórka konserwowego 120g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), ser żółty 60g (2) , papryka św. 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.45 kcal; Białko ogółem: 121.21 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 371.53 g;
Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 92.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), roszonek 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), wątróbka drobiowa gotowana 80g , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), pomidor 100g , twaróg krajanka 70g (2) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.85 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 375.11 g;
Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 91.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g;

| | | |
|--|--|---|
| sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , twaróg krajanka 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Ryżowa 350ml(8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), sałatka z selera z jabłkiem 120g , sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2) (MLE), | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.13 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g;
Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 89.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Ryżowa 350ml(8,13) , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homo waniliowy 60g (2) , pomidor 100g , rukola 5g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--------------------------------------|---|
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |
|--|--------------------------------------|---|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.82 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 69.59 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g;
Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 94.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

| | | |
|---|---|--|
| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX |
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , twaróg 70g (2) , pomidor 100g , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Ryżowa 350ml(8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , ogórek zielony 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.97 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g;
Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 86.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX |
| herbata 250g ~ , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , twaróg 70g (2) , rzodkiewka 100g , szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13) , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200 g (MLE), wątróbka drobiowa gotowana 80g , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2) , pomidor 100g , serek homogenizowany 70g. (2) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.40 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; Tłuszcz: 78.90 g; Węglowodany ogółem: 374.45 g;
Sól: 10.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 80.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

| | | |
|--|--|---|
| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV |
| Herbata 250g , Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (MLE), | Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ryżowa 350ml(8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , ziemniaki 250g(2) (MLE), Masło 10g(2) , | Herbata 250g , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , |
| | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.30 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 262.51 g;
Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; suma cukrów prostych: 69.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|--|---|---|
| Herbata 250g , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (<i>MLE</i>), Mięso mielone drobiowe 90g* , Masło 20g* (2) , | Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Ryżowa 350ml(8,13) , brokuły z wody 150g , Jarzynka gotowana 150g* , | Herbata 250g , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.50 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 209.55 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; suma cukrów prostych: 82.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|--|--|---|
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13) , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), Mus warzywno-owocowy 100g* , | Ryżowa 350ml(8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Mięso mielone drobiowe 90g* , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.95 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 66.77 g; Węglowodany ogółem: 356.35 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 120.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|---|--|--|
| Herbata b/c 250g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , wątróbka drobiowa gotowana 80g , surówka z ogórka konserwowego 120g , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 150g , | Herbata b/c 250g , Masło 15g*(2) , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , papryka św. 100g , rukola 5g , |
| II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , | Podwieczorek: kisiel b/c 250g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.00 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 68.60 g; Węglowodany ogółem: 354.82 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 67.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.75 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), wątróbka drobiowa gotowana 80g , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), twaróg krajanka 70g (2) , papryka św. 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.05 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 70.20 g; Węglowodany ogółem: 376.91 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 73.55 g; Błonnik pokarmowy: 45.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , chleb b/glutenowy 3 kromki , Masło 20g* (2) , twarożek 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), wafle ryżowe 60g(8) , | Ryżowa 350ml(8,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.22 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 69.94 g; Węglowodany ogółem: 269.72 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|---|---|--|
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , | brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), wątróbka drobiowa gotowana 140g , sałatka z selera z jabłkiem 120g , sos pietruszkowy b/mleka | Herbata 250g , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13) , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.83 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; Sól: 10.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.36 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|--|---|---|
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), wątróbka drobiowa gotowana 80g , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata 250g , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , twaróg krajanka 70g (2) , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.05 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 52.12 g; Węglowodany ogółem: 374.86 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.59 g; suma cukrów prostych: 91.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|--|---|---|
| Herbata 250g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , twarożek 70g (2) , rzodkiewka 100g , roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , kaszotto b/mięsa 250g(1,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , | Herbata 250g , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , pomidor 100g , rukola 5g , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g , Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.00 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 316.59 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|---|---|---|
| kajzerka 50g, chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1) (GLU), Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 80g, surówka z ogórka konserwowego 120g, Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 150g, | Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , | Podwieczorek: kisiel b/c 250g , | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.45 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 369.62 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 83.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g (MLE), wątróbka drobiowa gotowana 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek homog. naturalny 70g. (2), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.45 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; Tłuszcz: 78.90 g; Węglowodany ogółem: 369.46 g; Sól: 10.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 75.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

| sobota 2024-03-02 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|--|--|---|
| Herbata owocowa 250g* , kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), roszonek 5g, mandarynka 2 szt. , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Filet z kurczaka panier 80 g(1,3,13,8), sałatka z selera z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo owocowy 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g* , |
| | Podwieczorek: grejfrut 150g , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2836.28 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 430.90 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 121.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|--|---|--|
| niedziela 2024-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), Bułka kajzerka 50g (1) , Masło 20g* (2) , pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), rukola 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (GLU), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Kurczak pieczony - 130 (11,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Marchewka z groszkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Masło 15g*(2) , pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13) , rzodkiewka 100g , Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: gruszka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2747.29 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 352.80 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.38 g; suma cukrów prostych: 101.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

| | | |
|---|--|--|
| niedziela 2024-03-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.52 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 89.22 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.83 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

| | | |
|--|--|---|
| niedziela 2024-03-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , serek homog.naturalny 70g. (2) , pomidor 100g , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), rukola 5g , | rosół z makaronem 400ml b/soli , ziemniaki b/soli 200g m (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Twarożek z rzodkiewką i koperkiem 170g (2) (MLE), roszponka 5g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopity bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.44 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 77.46 g; Węglowodany ogółem: 327.26 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 103.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

| | | |
|--|--|--|
| niedziela 2024-03-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką , pomidor 100g , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Filet z kurczaka gotowany 80g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.76 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| niedziela 2024-03-03 | | | Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Twaróg 70g* (2) , pomidor 100g , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Filet z kurczaka gotowany 80g , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), serek homog.naturalny 70g. (2) , ogórek zielony 100g , | | | |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopki bez cukru 15g , | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.87 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 342.24 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 76.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| niedziela 2024-03-03 | | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 20g* (2) , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , ser żółty 60g (2) , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (MLE), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), rzodkiewka 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , | | | |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2875.47 kcal; Białko ogółem: 130.69 g; Tłuszcz: 113.02 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; Sól: 11.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.16 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| niedziela 2024-03-03 | | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (MLE), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (MLE), | Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 150g , Marchew gotowana 150g*(1,2) , Masło 10g(2) , | Herbata z cukrem 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ryżowa 350ml* (8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), Jarzynka gotowana 150g* , | | | |
| | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.04 kcal; Białko ogółem: 120.15 g; Tłuszcz: 80.11 g; Węglowodany ogółem: 291.24 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 83.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|--|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), | Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2) , brokuły z wody 150g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), | Herbata z cukrem 250ml* , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.78 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 237.07 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.70 g; suma cukrów prostych: 91.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|---|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , serek homo owocowy 70g (2) , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), Mus warzywno-owocowy 100g* , | Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), serek homog.naturalny 70g. (2) , |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.67 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 77.16 g; Węglowodany ogółem: 379.69 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.94 g; suma cukrów prostych: 133.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|---|--|--|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1) (<i>GLU</i>), Ogórek konserwowy 50g* (11) , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , gruszka 1 szt. , | pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13) , Masło 15g*(2) , rzodkiewka 100g , Herbata b/c 250g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), roszponka 5g , |
| II Śniadanie: mandarynka 1 szt. , | Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.30 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 95.15 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.77 g; suma cukrów prostych: 72.40 g; Błonnik pokarmowy: 37.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|--|---|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , rukola 5g , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), surówka z marchwi z ananase 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , rzodkiewka 100g , roszonek 5g , |
| | Podwieczorek: gruszka 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.39 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 90.28 g; Węglowodany ogółem: 391.54 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.66 g; suma cukrów prostych: 105.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , chleb b/glutenowy 3 kromki , Masło 20g* (2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , pomidor 100g , Ryż na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), wafle ryżowe 60g(8) , | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , chleb b/glutenowy 3 kromki , ser żółty 60g (2) , rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , wafle ryżowe 60g(8) , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.40 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 92.57 g; Węglowodany ogółem: 311.92 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.43 g; suma cukrów prostych: 64.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , Kleik z kaszy manny 500ml*(1) , | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.85 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.24 g; suma cukrów prostych: 56.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|--|--|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), margaryna roślinna 10g 1szt. , pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Szynka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , margaryna roślinna 10g 1szt. , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.72 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 338.24 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|--|--|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , serek wiejski 70g (2) , pomidor 100g , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Jajko sadzone 1szt*(3) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Ser topiony 50g* (2) , rzodkiewka 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.02 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; suma cukrów prostych: 96.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|---|---|--|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), Masło 20g* (2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1) (<i>GLU</i>), Twarożek z koperkiem - 70g (2) (<i>MLE</i>), pomidor 100g , rukola 5g , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , gruszka 1 szt. , | Herbata b/c 250g , pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), rzodkiewka 100g , Masło 15g*(2) , rozspanka 5g , |
| II Śniadanie: mandarynka 1 szt. , | Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.07 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 85.55 g; Węglowodany ogółem: 344.44 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 96.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|--|--|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , pomidor 100g , ser żółty 60g (2) , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), rzodkiewka 100g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , Szyńka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2875.47 kcal; Białko ogółem: 130.69 g; Tłuszcz: 113.02 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; Sól: 11.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.16 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

| niedziela 2024-03-03 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 20g* (2) , pomidor 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), gruszka 1 szt. , | Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) (<i>MLE</i>), jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Kurczak gotowany - 130 , | Szyńka drobiowa 50 (1,2,3,8,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 15g*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pomidor 100g , |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Woda mineralna 500ml* , Biskopki bez cukru 15g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.12 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 84.62 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 93.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;