

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2787.05 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 423.14 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g;

poniedziałek 2024-03-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.56 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 428.16 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 119.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

poniedziałek 2024-03-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Twaróg 70g* (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.16 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 430.36 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 121.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

poniedziałek 2024-03-04 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), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.92 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 369.89 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.66 g; suma cukrów prostych: 100.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

poniedziałek 2024-03-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Pomidor 50g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.32 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.63 g; suma cukrów prostych: 99.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2024-03-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Ryż biały 200g*, 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), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.41 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 331.30 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.35 g; suma cukrów prostych: 103.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1868.48 kcal; Białko ogółem: 77.68 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 242.43 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; suma cukrów prostych: 45.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.97 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 96.49 g; Węglowodany ogółem: 202.44 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.98 g; suma cukrów prostych: 62.16 g; Błonnik pokarmowy: 16.91 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.52 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; suma cukrów prostych: 103.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryż brązowy 200g, kiwi 1szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1974.15 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 56.07 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 71.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryż brązowy 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.45 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 60.16 g; Węglowodany ogółem: 341.42 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 80.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.01 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.21 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 71.80 g; Węglowodany ogółem: 307.07 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 101.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

poniedziałek 2024-03-04		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., miód 1 szt.(25g), jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.94 kcal; Białko ogółem: 52.70 g; Tłuszcz: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 442.76 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.63 g; suma cukrów prostych: 110.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-04			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.76 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 427.92 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.23 g; suma cukrów prostych: 119.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

poniedziałek 2024-03-04			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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2881.66 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 88.12 g; Węglowodany ogółem: 429.30 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.77 g; suma cukrów prostych: 120.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

poniedziałek 2024-03-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), masło 10g(2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Herbata b/c 250g, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, kiwi 1szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g,		kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 10g(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Herbata b/c 250g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.55 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 48.49 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.07 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

poniedziałek 2024-03-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Ziemniaki 200g* (2), 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), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, szynka domowa 60g(1,2,3,8,11,12), rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.86 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 81.48 g; Węglowodany ogółem: 375.08 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.34 g; suma cukrów prostych: 103.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

poniedziałek 2024-03-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.56 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 428.16 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 119.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), Ziemniaki 200g* (2), fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek konserwowy 100g*, pomidor 100g, roszonek 5g, paprykarz 70g (4,8),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.21 kcal; Białko ogółem: 121.51 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.90 g; suma cukrów prostych: 99.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.18 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 93.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), szpinak gotowany b/soli 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.01 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 320.68 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.07 g; suma cukrów prostych: 95.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.18 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 93.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.55 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 307.13 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 70.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, twaróg 70g (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.78 kcal; Białko ogółem: 146.81 g; Tłuszcz: 77.14 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.35 g; suma cukrów prostych: 95.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.80 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 84.11 g; Węglowodany ogółem: 266.98 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 73.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1892.43 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 89.11 g; Węglowodany ogółem: 175.13 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 78.21 g; Błonnik pokarmowy: 10.90 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mus warzywno-owocowy 100g,	tomiorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.88 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 79.43 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.93 g; suma cukrów prostych: 122.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	tomiorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.98 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 78.82 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; Sól: 10.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 63.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomiorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.98 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 66.41 g; Węglowodany ogółem: 359.71 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.52 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 57.04 g; Węglowodany ogółem: 281.98 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 67.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1),	Pomidorowa z ryż. b/mąki b/ml 400ml (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1835.78 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 286.25 g; Sól: 8.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.93 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, margaryna light 10g (2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.38 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 47.21 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.50 g; suma cukrów prostych: 93.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.96 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 64.97 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 135.71 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna light 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, rosółka 5g ,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.98 kcal; Białko ogółem: 136.23 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 324.69 g; Sól: 11.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.64 g; suma cukrów prostych: 104.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, twaróg 70g (2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),		Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.18 kcal; Białko ogółem: 155.31 g; Tłuszcz: 82.14 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; suma cukrów prostych: 117.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),		pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),		Wafel skawa 20g.(1,2,6,7), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.78 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 68.99 g; Węglowodany ogółem: 317.62 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 84.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , roszonek 5g , Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1).	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g.
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.82 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 292.59 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 83.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g.
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.51 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 73.42 g; Węglowodany ogółem: 288.97 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	selerowa z ziemniakami 400ml m b/soli, kasza jęczmienna 200g b/soli(1), filet z kurczaka 100g b/soli, jarzynka gotowana b/soli 100g m(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g.
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.88 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 52.21 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.62 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

środa 2024-03-06 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), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g.
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.20 kcal; Białko ogółem: 128.17 g; Tłuszcz: 60.27 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 79.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), ogórek zielony 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g.
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.42 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 327.66 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 81.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), połędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2).
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.11 kcal; Białko ogółem: 133.90 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; Sól: 7.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.34 g; suma cukrów prostych: 88.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.32 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 251.43 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 71.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.23 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 81.18 g; Węglowodany ogółem: 182.96 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.40 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.30 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 376.66 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.97 g; suma cukrów prostych: 113.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza gryczana 200 g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: grejfrut 150g ,	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.08 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 83.70 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 61.07 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kasza gryczana 200g(2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.53 kcal; Białko ogółem: 122.89 g; Tłuszcz: 82.00 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.68 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Herbata z cukrem 250ml*, wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, serek homogenizowany 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.05 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 83.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), miód 1 szt.(25g), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1998.55 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.40 g; suma cukrów prostych: 51.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 53.54 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.14 g; suma cukrów prostych: 78.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rosółka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.50 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 62.65 g; Węglowodany ogółem: 300.44 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.64 g; suma cukrów prostych: 97.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.42 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna light 10g (2), papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczyptką 70g (3,13,11), Herbata ekspresowa b/c 250ml*, rosółka 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kasza gryczana 200g(2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, mandarynka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1), Masło 10g(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: grejfrut 150g,	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.23 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 81.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pasta jajeczna ze szczyptką 70g. (3,13,11), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rosółka 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.16 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 87.62 g; Węglowodany ogółem: 299.07 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

środa 2024-03-06 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Ser żółty 40g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.71 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 84.12 g; Węglowodany ogółem: 320.87 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.00 g; suma cukrów prostych: 108.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3131.75 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 116.43 g; Węglowodany ogółem: 405.17 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.29 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2770.21 kcal; Białko ogółem: 118.07 g; Tłuszcz: 82.12 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 101.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, serek homogenizowany 70g. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), filet z kurczaka 100g b/soli, buraczki gotowane b/soli 150g(1,2), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.11 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 350.98 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 109.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.42 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.52 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 316.30 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2980.91 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 94.83 g; Węglowodany ogółem: 389.75 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.29 g; suma cukrów prostych: 103.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.09 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 275.57 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1906.32 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 220.40 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 96.57 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.71 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 371.55 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.01 g; suma cukrów prostych: 119.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, rukola 5g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (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), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.78 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Sól: 8.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 75.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.61 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z salaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.58 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 82.91 g; Węglowodany ogółem: 436.22 g; Sól: 8.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g; suma cukrów prostych: 101.86 g; Błonnik pokarmowy: 42.13 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Sałatka z salaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), kleik z ryżu 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.27 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 70.08 g; Węglowodany ogółem: 287.56 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), Sałatka z salaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2022.46 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 324.19 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.86 g; suma cukrów prostych: 66.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.41 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 62.24 g; Węglowodany ogółem: 386.60 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.83 g; suma cukrów prostych: 101.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.55 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; suma cukrów prostych: 110.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna light 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.28 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 402.57 g; Sól: 9.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.86 g; suma cukrów prostych: 121.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2980.91 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 94.83 g; Węglowodany ogółem: 389.75 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.29 g; suma cukrów prostych: 103.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

czwartek 2024-03-07 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.41 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 63.92 g; Węglowodany ogółem: 395.97 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 105.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos grecki (1,2,13) 120 g .	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.67 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 342.83 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.23 g; suma cukrów prostych: 86.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.93 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 87.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml b/soli(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogen. naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.57 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 91.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Grysikowa 300ml (1,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogen. naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.73 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; suma cukrów prostych: 88.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.79 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 314.63 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.92 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Twaróg 70g* (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.33 kcal; Białko ogółem: 148.71 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; Sól: 8.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.73 g; suma cukrów prostych: 89.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.95 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 284.53 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 300ml (1,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1880.30 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 86.47 g; Węglowodany ogółem: 193.52 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 62.71 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.85 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 63.86 g; Węglowodany ogółem: 372.59 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 117.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), sałata zielona 10g, grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sos grecki do ryby 120g dieta(1), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.07 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 57.15 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 58.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.48 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 85.43 g; Błonnik pokarmowy: 40.61 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki 350ml*(2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.70 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 51.58 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

piątek 2024-03-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.42 kcal; Białko ogółem: 68.40 g; Tłuszcz: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.35 g; suma cukrów prostych: 86.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-08		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.13 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 43.27 g; Węglowodany ogółem: 352.42 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.66 g; suma cukrów prostych: 87.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

piątek 2024-03-08		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), Sałata zielona - 20 g, rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.93 kcal; Białko ogółem: 124.33 g; Tłuszcz: 74.98 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.77 g; suma cukrów prostych: 87.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;

piątek 2024-03-08		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna light 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), kakao 250ml(2), roszonek 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata b/c 250g, Bułka kajzerka 50g (1), Masło 10g(2), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.13 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.34 g; suma cukrów prostych: 87.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;

piątek 2024-03-08		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Twaróg 70g* (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.61 kcal; Białko ogółem: 146.87 g; Tłuszcz: 87.44 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.35 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

piątek 2024-03-08		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), sos grecki do ryby 120g dieta(1),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.88 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 60.33 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 115.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1962.10 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 80.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, potrawka z indyka 150g(1,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.92 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 63.74 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn.400ml b/soli(1,2,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody b/soli 100g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.46 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 355.36 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 113.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.55 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 412.63 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.02 g; suma cukrów prostych: 113.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.22 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 59.08 g; Węglowodany ogółem: 337.78 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 115.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, potrawka z indyka 150g(1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.57 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 95.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.42 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 86.44 g; Węglowodany ogółem: 272.66 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2000.40 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 94.36 g; Węglowodany ogółem: 206.34 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.97 g; suma cukrów prostych: 92.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.52 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 117.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy 200g (1,3), gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, potrawka z indyka 150g(1,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1830.72 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; Tłuszcz: 56.87 g; Węglowodany ogółem: 277.98 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.28 g; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron razowy 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., potrawka z indyka 150g(1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1982.87 kcal; Białko ogółem: 70.14 g; Tłuszcz: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.93 g; suma cukrów prostych: 70.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.10 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 308.34 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 92.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

sobota 2024-03-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.70 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 387.68 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.62 g; suma cukrów prostych: 99.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, potrawka z indyka 150g(1,13),		Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1898.12 kcal; Białko ogółem: 68.38 g; Tłuszcz: 44.87 g; Węglowodany ogółem: 301.42 g; Sól: 8.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.97 g; suma cukrów prostych: 110.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ryba parowana 100g* (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 100g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.16 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 63.51 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 111.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron razowy 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., potrawka z indyka 150g(1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1922.32 kcal; Białko ogółem: 65.92 g; Tłuszcz: 55.09 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.62 g; suma cukrów prostych: 81.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3), Banan 1 szt, brokuły z wody 120 g, potrawka z indyka 150g(1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,	
				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.57 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 95.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

sobota 2024-03-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, mandarynka 1 szt., potrawka z indyka 150g(1,13),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.22 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 76.88 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 98.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2).. papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.87 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 95.00 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.94 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2).. Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.35 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 92.64 g; Węglowodany ogółem: 320.11 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 92.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2).., rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.10 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 96.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (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), twaróg krajanka 70g (2).., pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.15 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 85.41 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.20 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.02 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 82.58 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.52 g; suma cukrów prostych: 95.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.95 kcal; Białko ogółem: 138.37 g; Tłuszcz: 106.38 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.40 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.73 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 95.04 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 79.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1983.45 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 86.28 g; Węglowodany ogółem: 215.96 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 91.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.80 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 333.66 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; suma cukrów prostych: 115.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.18 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 97.59 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.35 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.18 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 93.70 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 86.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.85 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 69.45 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.22 g; suma cukrów prostych: 73.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 71.38 g; Tłuszcz: 54.89 g; Węglowodany ogółem: 356.74 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.78 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.55 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 321.64 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.35 g; suma cukrów prostych: 93.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ryba parowana 100g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.21 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 74.11 g; Węglowodany ogółem: 344.55 g; Sól: 8.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.91 g; suma cukrów prostych: 93.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna light 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Bułka kajzerka 50g (1), papryka św. 100g , margaryna light 10g (2), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.08 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.02 g; suma cukrów prostych: 107.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),.
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2875.15 kcal; Białko ogółem: 138.34 g; Tłuszcz: 116.08 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.39 g; suma cukrów prostych: 92.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.95 kcal; Białko ogółem: 118.03 g; Tłuszcz: 103.33 g; Węglowodany ogółem: 288.23 g; Sól: 8.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.21 g; suma cukrów prostych: 62.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;

Dietetyk

.....