

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.70 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 78.91 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Sól: 8.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.13 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.35 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 63.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2152.80 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 53.46 g; Węglowodany ogółem: 338.50 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.38 g; suma cukrów prostych: 70.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2237.15 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 66.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2219.62 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 63.28 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.40 g; suma cukrów prostych: 65.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 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), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2593.75 kcal; Białko ogółem: 119.95 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.01 g; suma cukrów prostych: 65.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.05 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 80.51 g; Węglowodany ogółem: 262.52 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 54.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1989.87 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 80.36 g; Węglowodany ogółem: 228.99 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.92 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 384.84 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 99.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

poniedziałek 2024-03-11		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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, mandarynka 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), papryka św. 100g , rozponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2206.65 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 48.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rozponka 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2244.60 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; suma cukrów prostych: 56.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, wafle ryżowe 60g(8),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rozponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2106.24 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 73.10 g; Węglowodany ogółem: 279.50 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 63.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rozponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2060.72 kcal; Białko ogółem: 56.81 g; Tłuszcz: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 396.59 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.28 g; suma cukrów prostych: 82.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2173.25 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 48.59 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; suma cukrów prostych: 63.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.55 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 80.59 g; Węglowodany ogółem: 305.57 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna light 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata b/c 250g, rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bulka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Ziemniaki 200g* (2), mandarynka 1 szt.,		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.80 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 53.52 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.50 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 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), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2613.15 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 84.03 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; Sól: 8.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.59 g; suma cukrów prostych: 64.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.35 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 63.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, sałaty i nasionami słonecznika 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g, ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2808.38 kcal; Białko ogółem: 129.85 g; Tłuszcz: 98.08 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2718.12 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 86.18 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; suma cukrów prostych: 95.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	krupnik 400ml b/soli (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.18 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 97.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2697.56 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 87.36 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.39 g; suma cukrów prostych: 95.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2738.81 kcal; Białko ogółem: 126.75 g; Tłuszcz: 90.30 g; Węglowodany ogółem: 359.34 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.94 g; suma cukrów prostych: 93.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3048.92 kcal; Białko ogółem: 156.90 g; Tłuszcz: 109.62 g; Węglowodany ogółem: 363.78 g; Sól: 8.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.68 g; suma cukrów prostych: 95.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

<b>wtorek 2024-03-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.14 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 85.55 g; Węglowodany ogółem: 305.06 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.44 g; suma cukrów prostych: 78.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2022.77 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 86.21 g; Węglowodany ogółem: 221.57 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 82.29 g; Błonnik pokarmowy: 16.91 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2791.32 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 384.58 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.07 g; suma cukrów prostych: 124.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, sałaty i nasionami słonecznika 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt.,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Biskopki bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2266.25 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 48.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2541.20 kcal; Białko ogółem: 121.98 g; Tłuszcz: 84.09 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; Sól: 4.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 86.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2233.30 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 73.58 g; Węglowodany ogółem: 301.61 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g; suma cukrów prostych: 75.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2211.48 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 43.84 g; Węglowodany ogółem: 363.42 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.85 g; suma cukrów prostych: 58.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2537.32 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 362.87 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.81 g; suma cukrów prostych: 95.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

wtorek 2024-03-12			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.30 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 84.20 g; Węglowodany ogółem: 354.97 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 130.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g;

wtorek 2024-03-12			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna 70 g(2,4), Sałatka z rzodkiewki, sałaty i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt.,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2709.88 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.39 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

wtorek 2024-03-12			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3085.32 kcal; Białko ogółem: 157.03 g; Tłuszcz: 113.74 g; Węglowodany ogółem: 364.11 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.42 g; suma cukrów prostych: 94.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

wtorek 2024-03-12			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), sałatka owocowa 120g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jogurt owocowy 150g 1szt. (2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2487.02 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 76.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), rukola 5g,	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryż biały 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2457.97 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 78.22 g; Węglowodany ogółem: 343.54 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 117.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twarówek 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2345.12 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 68.81 g; Węglowodany ogółem: 331.39 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 119.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13), barszcz czerwony b/s 400ml(1,2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twarówek 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.78 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 68.26 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 124.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarówek 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.37 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 72.05 g; Węglowodany ogółem: 332.03 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 115.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, twarówek 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2688.41 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 88.64 g; Węglowodany ogółem: 362.48 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 115.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

<b>środa 2024-03-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryż biały 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2895.43 kcal; Białko ogółem: 134.48 g; Tłuszcz: 112.03 g; Węglowodany ogółem: 335.27 g; Sól: 7.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.39 g; suma cukrów prostych: 116.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</span>		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Masło 5g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1998.44 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 248.81 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 64.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1908.94 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 190.49 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 90.71 g; Błonnik pokarmowy: 15.51 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</span>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2616.99 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 72.26 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 128.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.59 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; Sól: 8.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.45 g; suma cukrów prostych: 76.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroz. 250g*, Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, twarożek 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.59 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 376.21 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 118.30 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g;

środa 2024-03-13 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twarożek 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2002.17 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz: 79.69 g; Węglowodany ogółem: 257.55 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.15 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., miód 1 szt.(25g), mandarynka 1 szt., Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jablko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1969.68 kcal; Białko ogółem: 46.47 g; Tłuszcz: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.10 g; suma cukrów prostych: 115.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twarożek 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.32 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 48.93 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.55 g; suma cukrów prostych: 119.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2430.47 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g; suma cukrów prostych: 117.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna rama 20g 2szt., ogórek konserwowy 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroz. b/c 250ml*, Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), brokuły z wody 120 g, jablko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., twarożek krajanka 70g (2), pomidor 100g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2441.29 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.09 g; suma cukrów prostych: 115.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż biały 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, serek homogenizowany 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2675.23 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 91.53 g; Węglowodany ogółem: 343.92 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 125.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

środa 2024-03-13		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twarożek 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2110.07 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 52.86 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.72 g; suma cukrów prostych: 105.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

---

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), Kottlet z karczku po parysku 90g* (1,3,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2495.33 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2291.23 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.78 g; suma cukrów prostych: 86.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog. naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidor. z makar. 400ml b/soli (1,2,3,13), schab gotowany b/soli 80g, szpinak gotowany b/soli 100g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos koperkowy b/soli 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.58 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 305.73 g; Sól: 4.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 86.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twarózek 70g (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.63 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 59.93 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 88.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.97 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2501.93 kcal; Białko ogółem: 132.31 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 336.44 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 88.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

<b>czwartek 2024-03-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2161.96 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 89.48 g; Węglowodany ogółem: 245.91 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1894.26 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 81.41 g; Węglowodany ogółem: 202.08 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 72.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.93 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 96.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

czwartek 2024-03-14 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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g ,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2184.76 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 60.33 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 51.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2221.73 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.90 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.50 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2159.12 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 310.91 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 93.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2126.07 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 333.00 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.54 g; suma cukrów prostych: 62.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2156.83 kcal; Białko ogółem: 110.99 g; Tłuszcz: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.22 g; suma cukrów prostych: 86.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

czwartek 2024-03-14		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2191.21 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 273.98 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 94.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

czwartek 2024-03-14		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rozspanka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.76 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.71 g; suma cukrów prostych: 83.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

czwartek 2024-03-14		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2679.53 kcal; Białko ogółem: 135.46 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 374.24 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 88.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

czwartek 2024-03-14		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2351.66 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 335.64 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 88.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., kakao 250ml(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	ogórkowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Parówka na gorąco 1szt-60g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2819.83 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 93.07 g; Węglowodany ogółem: 408.95 g; Sól: 7.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 122.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2650.19 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 94.14 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; Sól: 9.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.49 g; suma cukrów prostych: 106.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2),	selerowa z ziemni. 400ml b/soli(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, ziemniaki b/soli 200g m,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2365.27 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 107.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2361.02 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; Sól: 9.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 104.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, 1 szt., rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 93.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Twaróg 70g* (2), roszonek 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2857.04 kcal; Białko ogółem: 149.03 g; Tłuszcz: 101.79 g; Węglowodany ogółem: 339.14 g; Sól: 9.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.47 g; suma cukrów prostych: 87.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;

<b>piątek 2024-03-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ziemniaki 250g(2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuty z wody 150g, ziemniaki 250g(2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2144.96 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 72.42 g; Węglowodany ogółem: 282.16 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 70.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 300ml (1,8,13), ziemniaki 250g(2) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1814.36 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 80.80 g; Węglowodany ogółem: 182.99 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; suma cukrów prostych: 76.68 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 300ml (1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2310.91 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 91.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.68 g;

piątek 2024-03-15 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), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2498.00 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.59 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.70 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2747.84 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 404.73 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 109.20 g; Błonnik pokarmowy: 39.51 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, ser żółty 60g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.30 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 95.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2287.09 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 54.37 g; Węglowodany ogółem: 374.82 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.23 g; suma cukrów prostych: 75.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roslinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roslinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2395.84 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węglowodany ogółem: 359.86 g; Sól: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.80 g; suma cukrów prostych: 107.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2670.44 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 89.36 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 107.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna rama 20g 2szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kakao 250ml(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., papryka św. 100g , pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.34 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; Sól: 9.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; suma cukrów prostych: 97.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ogórkowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2846.29 kcal; Białko ogółem: 140.96 g; Tłuszcz: 98.23 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Sól: 10.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.31 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2670.44 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 89.36 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 107.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

## Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroz. 250g*,	Masło 15g*(2), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2851.52 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 97.59 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; Sól: 8.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 89.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2609.88 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 376.97 g; Sól: 7.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 93.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2363.92 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 72.79 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukięt warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.60 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 344.38 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 86.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.37 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; suma cukrów prostych: 91.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.73 kcal; Białko ogółem: 139.34 g; Tłuszcz: 72.42 g; Węglowodany ogółem: 367.19 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.63 g; suma cukrów prostych: 83.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(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 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2176.85 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 82.64 g; Węglowodany ogółem: 272.85 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 72.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1942.05 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 86.38 g; Węglowodany ogółem: 209.95 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 83.81 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2188.62 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 80.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata b/c 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), połędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.84 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 51.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13),	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 ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2550.23 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 384.57 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 68.83 g; Błonnik pokarmowy: 41.12 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2162.45 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 319.54 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 74.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

sobota 2024-03-16 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., połędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2142.92 kcal; Białko ogółem: 83.76 g; Tłuszcz: 48.58 g; Węglowodany ogółem: 333.90 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.57 g; suma cukrów prostych: 77.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna light 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, margaryna light 10g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2405.38 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.25 g; suma cukrów prostych: 95.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

sobota 2024-03-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ryba parowana 100g* (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.08 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 370.61 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.03 g; suma cukrów prostych: 88.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g;

sobota 2024-03-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.43 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 52.21 g; Węglowodany ogółem: 362.83 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.85 g; suma cukrów prostych: 82.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

sobota 2024-03-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Banan 1 szt, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), 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,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2891.93 kcal; Białko ogółem: 139.67 g; Tłuszcz: 79.19 g; Węglowodany ogółem: 398.64 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.90 g; suma cukrów prostych: 108.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g;

sobota 2024-03-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), mandarynka 1 szt., buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 372.10 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 89.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.49 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.31 g; suma cukrów prostych: 103.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.85 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 308.80 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 94.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2234.60 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 70.20 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2394.65 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2463.42 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 340.50 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.99 g; suma cukrów prostych: 100.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.05 kcal; Białko ogółem: 139.76 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 311.57 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 96.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

<b>niedziela 2024-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2174.02 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1828.80 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 80.78 g; Węglowodany ogółem: 192.66 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.14 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	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. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.20 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 274.22 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt.,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.27 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 315.82 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 81.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2134.12 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 67.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.40 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	rosół czysty 400ml (13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2108.52 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 69.89 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 81.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

niedziela 2024-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2215.99 kcal; Białko ogółem: 76.20 g; Tłuszcz: 56.31 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.18 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2204.25 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 57.85 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.22 g; suma cukrów prostych: 94.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-03-17		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml* (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 (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2187.45 kcal; Białko ogółem: 61.72 g; Tłuszcz: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.76 g; suma cukrów prostych: 127.60 g; Błonnik pokarmowy: 18.43 g;

niedziela 2024-03-17		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Masło 15g*(2), rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.80 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.07 g; suma cukrów prostych: 87.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;

niedziela 2024-03-17		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.45 kcal; Białko ogółem: 139.13 g; Tłuszcz: 90.72 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 96.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-03-17		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2135.95 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 58.82 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 92.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;

Dietetyk

.....