

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-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*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.30 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 71.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;

poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
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), roszponka 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), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.38 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 352.25 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 65.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarózek 70g (2), roszponka 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), 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.83 kcal; Białko ogółem: 86.40 g; Tłuszcz: 56.08 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 71.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 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), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.18 kcal; Białko ogółem: 81.02 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.87 g;

poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 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), twarózek 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.78 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.34 g; suma cukrów prostych: 65.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
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 2 szt. 100g(3), roszponka 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*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 100g (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.98 kcal; Białko ogółem: 135.77 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.36 g; suma cukrów prostych: 70.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-08		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 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.21 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 267.03 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; suma cukrów prostych: 54.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

poniedziałek 2024-04-08		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 mroz. 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*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2022.03 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 81.83 g; Węglowodany ogółem: 233.49 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.71 g; suma cukrów prostych: 79.30 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g;

poniedziałek 2024-04-08		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 mroz. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.95 kcal; Białko ogółem: 85.06 g; Tłuszcz: 64.74 g; Węglowodany ogółem: 392.02 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 100.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

poniedziałek 2024-04-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata bez cukru 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, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sałatka zielona z sosem winegret 100g*, mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 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 , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.48 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 51.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g;

poniedziałek 2024-04-08		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata bez cukru 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, roszonek 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 mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.63 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 359.46 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 58.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g;

poniedziałek 2024-04-08		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 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 mroz. 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, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: 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 2024-04-08		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 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 mroz. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: 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 2024-04-08			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 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), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.58 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 43.33 g; Węglowodany ogółem: 352.00 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.49 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

poniedziałek 2024-04-08			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), roszonek 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. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.58 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 83.21 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.30 g; suma cukrów prostych: 78.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g;

poniedziałek 2024-04-08			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka 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*, Sałatka zielona z sosem winegret 100g*, Ziemniaki 200g* (2), mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.03 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 357.37 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.91 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

poniedziałek 2024-04-08			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 2 szt. 100g(3), roszonek 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), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 100g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2750.38 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 87.31 g; Węglowodany ogółem: 357.15 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.93 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

poniedziałek 2024-04-08			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), roszonek 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), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		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, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.38 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 352.25 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 65.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rosółka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g , Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroz. 250g* , Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.87 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 88.53 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.01 g; suma cukrów prostych: 93.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g* , sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.80 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g ,	krupnik 400ml b/soli (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g* , sos szpinakowy 100g b/soli,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.43 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 97.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.42 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 96.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g* ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.28 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 340.25 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 72.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homogen. naturalny 70g. (2), rosółka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g* , sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2976.20 kcal; Białko ogółem: 158.31 g; Tłuszcz: 100.17 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.82 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 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),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.10 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 104.87 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.37 g; suma cukrów prostych: 76.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

wtorek 2024-04-09 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*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2054.93 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 226.07 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Błonnik pokarmowy: 17.38 g;

wtorek 2024-04-09 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 krajanka 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 szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2800.10 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 89.15 g; Węglowodany ogółem: 385.13 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.75 g; suma cukrów prostych: 123.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;

wtorek 2024-04-09 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), pomidor 100g, Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.36 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 296.46 g; Sól: 4.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 40.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g;

wtorek 2024-04-09 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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	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 szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 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]: 2405.88 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 70.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Sól: 4.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 85.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.50 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 72.42 g; Węglowodany ogółem: 325.38 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.08 g; suma cukrów prostych: 76.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	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 roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.38 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.94 g; suma cukrów prostych: 57.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-09			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 roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,		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 szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 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]: 2402.00 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 53.20 g; Węglowodany ogółem: 362.22 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.59 g; suma cukrów prostych: 94.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

wtorek 2024-04-09			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 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,		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]: 2435.00 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.66 g; suma cukrów prostych: 130.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;

wtorek 2024-04-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna 70 g(2,4), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), kiwi 1szt.,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Biszkopt 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]: 2556.99 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 61.67 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.71 g; suma cukrów prostych: 96.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g;

wtorek 2024-04-09			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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,		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 szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(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]: 3091.00 kcal; Białko ogółem: 166.19 g; Tłuszcz: 110.34 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; Sól: 8.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.20 g; suma cukrów prostych: 94.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

wtorek 2024-04-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 25g x 2 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), mandarynka 1 szt., roszonek 5g ,		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 szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), ogórek zielony 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]: 2736.30 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 423.62 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 152.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryż biały 200g*, brokuły z jarzynką 120g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), papryka św. 100g , Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2522.12 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 348.38 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.95 g; suma cukrów prostych: 119.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2583.66 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 93.28 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.18 g; suma cukrów prostych: 119.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Risotto jarskie dieta 300g (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), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2556.32 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 125.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2566.91 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 96.52 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.69 g; suma cukrów prostych: 115.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.57 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 82.62 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 95.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	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 jarzynką 120g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: 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]: 2897.54 kcal; Białko ogółem: 145.15 g; Tłuszcz: 104.49 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 121.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
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 mroż. 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),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1953.44 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 67.92 g; Węglowodany ogółem: 248.81 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.34 g; suma cukrów prostych: 64.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
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 mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1848.99 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 194.28 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 90.47 g; Błonnik pokarmowy: 15.83 g;

środa 2024-04-10 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), 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 mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.69 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.30 g; suma cukrów prostych: 128.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 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*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ryż brązowy 200g, brokuły z jarzynką 120g , gruszką 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.44 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 75.43 g; Węglowodany ogółem: 316.32 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 77.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
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), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), brokuły z jarzynką 120g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), roszonek 5g ,
	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]: 2656.58 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 84.35 g; Węglowodany ogółem: 378.39 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 119.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.48 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 88.16 g; Węglowodany ogółem: 255.70 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.34 g; suma cukrów prostych: 90.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jablko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.02 kcal; Białko ogółem: 60.74 g; Tłuszcz: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.63 g; suma cukrów prostych: 94.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g;

środa 2024-04-10		
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 roślinna lactima 10g (2), poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,
	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]: 2402.86 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.53 g; suma cukrów prostych: 119.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

środa 2024-04-10		
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), ser żółty 60g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	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]: 2727.06 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 107.45 g; Węglowodany ogółem: 338.54 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 120.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), 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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), brokuły z jarzynką 120g , gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.14 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 62.74 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.38 g; suma cukrów prostych: 108.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;

środa 2024-04-10		
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), poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	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 jarzynką 120g ,	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), roszonek 5g ,
	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]: 2772.52 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 100.91 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.91 g; suma cukrów prostych: 126.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

środa 2024-04-10		
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 dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,
	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]: 2208.72 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz: 62.89 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 106.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), czarnuszka 2g, Rzodkiew biała 100g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), kotlet schabowy 80g (1,3), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.18 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 82.07 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 89.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.76 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 336.15 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 87.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	pomidor. z makar. 400ml b/soli(1,2,3,13), schab gotowany b/soli 80g, bukiet warzyw dieta 120g, 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.08 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 89.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twaróg 70g (2), roszponka 5g , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.76 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 91.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
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), roszponka 5g , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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), serek wiejski 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.17 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 83.29 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.85 g; suma cukrów prostych: 84.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.46 kcal; Białko ogółem: 141.56 g; Tłuszcz: 84.54 g; Węglowodany ogółem: 339.66 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.28 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

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 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.56 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 245.88 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 63.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2024-04-11 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*,
		Posiłek nocny: 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 2024-04-11 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), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.06 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 97.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

czwartek 2024-04-11 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), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g ,	Herbata bez cukru 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), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.58 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 65.27 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; Sól: 7.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 48.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

czwartek 2024-04-11 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), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.23 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 64.32 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 91.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.77 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	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*, pomidor 100g, twaróg krajanka 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]: 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 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.96 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 342.29 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.65 g; suma cukrów prostych: 66.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-11 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., Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, czarnuszka 2g.	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Ziemiaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.96 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 335.91 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.18 g; suma cukrów prostych: 87.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g.	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), ryż z jabłkami si 300g, 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.41 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 76.73 g; Węglowodany ogółem: 301.69 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 100.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, roszonek 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g.	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.58 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 53.37 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.63 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g.	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab duszony 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemiaki 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 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]: 2871.06 kcal; Białko ogółem: 144.71 g; Tłuszcz: 85.79 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.00 g; suma cukrów prostych: 89.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;

czwartek 2024-04-11 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, roszonek 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g.	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Ziemiaki 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.96 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 59.02 g; Węglowodany ogółem: 332.96 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, kakao 250ml(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g, Ziemniaki 200g* (2), Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	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 ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.42 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 90.69 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 119.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, 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 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), 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 ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.89 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 79.91 g; Węglowodany ogółem: 355.27 g; Sól: 9.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 105.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, 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), marchew gotowana 120g (1,2), 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 ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.21 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 106.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.64 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 56.49 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; Sól: 8.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 103.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Pomarańcza 120g, 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 grecki do ryby 120g dieta(1),	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 ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.00 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 66.65 g; Węglowodany ogółem: 316.61 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Pomarańcza 120g, 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 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Twaróg z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.14 kcal; Białko ogółem: 156.56 g; Tłuszcz: 87.34 g; Węglowodany ogółem: 356.72 g; Sól: 9.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.88 g; suma cukrów prostych: 100.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
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) ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 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,
		Posiłek nocny: 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 2024-04-12 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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.91 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 130.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), rzodkiewka 100g, bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryba parowana z morskczuka 100g(4,13), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, sos grecki do ryby 120g dieta(1), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.70 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 80.72 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; Sól: 9.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 69.77 g; Błonnik pokarmowy: 44.02 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pomarańcza 120g, dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryba parowana z morskczuka 100g(4,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, salata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), 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 , roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.54 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 404.80 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 108.03 g; Błonnik pokarmowy: 40.89 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), ryba parowana z morskczuka 100g(4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, ser żółty 60g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.88 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 339.98 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 95.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, ryba parowana z morskczuka 100g(4,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.06 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 381.78 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.66 g; suma cukrów prostych: 76.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, Pomarańcza 120g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, ryba parowana z morskczuka 100g(4,13), salata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.54 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 359.93 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.41 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-12 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, Pomarańcza 120g, 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 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), 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 ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.14 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.15 g; suma cukrów prostych: 105.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), rzodkiewka 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. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, sos grecki do ryby 120g dieta(1), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.04 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 63.69 g; Węglowodany ogółem: 356.85 g; Sól: 10.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.42 g; suma cukrów prostych: 98.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g;

piątek 2024-04-12 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),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ryba parowana z morszczuka 100g(4,13), sałata zielona 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), 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 ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.52 kcal; Białko ogółem: 148.71 g; Tłuszcz: 91.35 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; Sól: 11.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.49 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Pomarańcza 120g, 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 10g, sos grecki do ryby 120g dieta(1), 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,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.14 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.15 g; suma cukrów prostych: 105.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne 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 mroż. 250g*,	Masło 15g*(2), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2846.52 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 97.69 g; Węglowodany ogółem: 375.99 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.04 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne 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*, Ziemniaki 200g* (2), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: 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;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, 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), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.22 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 60.05 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.50 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 58.11 g; Węglowodany ogółem: 346.58 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; suma cukrów prostych: 88.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 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, roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.87 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 87.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmieńne 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), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: 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;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: 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 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroz. 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 jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: 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 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
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 jęczmieńne 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 mroz. 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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.62 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 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 mroz. bez cukru 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.94 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 334.68 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
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), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 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), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: 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 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: 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 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 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 mroz. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1952.22 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 333.90 g; Sól: 8.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.67 g; suma cukrów prostych: 77.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 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 roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,			Posiłek nocny: 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 2024-04-13			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), rzodkiewka 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), pomidor 100g, roszponka 5g,			
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,			Posiłek nocny: 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 2024-04-13			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 roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 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. bez cukru 250ml*, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.53 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 52.18 g; Węglowodany ogółem: 364.51 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.82 g; suma cukrów prostych: 85.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;

sobota 2024-04-13			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), rzodkiewka 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), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g,			
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3031.93 kcal; Białko ogółem: 152.17 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 399.24 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 108.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g;

sobota 2024-04-13			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), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.48 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 90.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), 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), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 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), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.39 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 85.57 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; Sól: 8.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.85 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 308.80 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.30 g; suma cukrów prostych: 94.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.60 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 65.20 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.65 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (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), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.02 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 318.57 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 77.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 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), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.05 kcal; Białko ogółem: 152.26 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 312.17 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 96.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (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

		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.02 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;		
niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: 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 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.20 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 109.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;		
niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 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. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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]: 2286.77 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 78.70 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;		
niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.12 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.40 g;		
niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 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, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: 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 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 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 roślinna lactima 10g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.60 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 366.87 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.40 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-14			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 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 roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 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]: 2159.25 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.89 g; suma cukrów prostych: 94.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-04-14			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), dżem 50g, mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), kiwi 1szt.,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.45 kcal; Białko ogółem: 61.90 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 127.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g;

niedziela 2024-04-14			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 zielony 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), rzodkiewka 100g, margaryna roślinna lactima 10g (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]: 2112.00 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.77 g; suma cukrów prostych: 86.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

niedziela 2024-04-14			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), twarożek 70g (2), pomidor 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), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.45 kcal; Białko ogółem: 151.63 g; Tłuszcz: 95.42 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; Sól: 7.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.50 g; suma cukrów prostych: 96.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-04-14			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), rzodkiewka 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]: 2089.95 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 53.82 g; Węglowodany ogółem: 307.12 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; suma cukrów prostych: 91.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Dietetyk

.....