

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2024.66 kcal; Białko ogółem: 72.70 g; Tłuszcz: 85.26 g; Węglowodany ogółem: 242.99 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.77 g; suma cukrów prostych: 54.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;

<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1990.12 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 73.42 g; Węglowodany ogółem: 245.81 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; suma cukrów prostych: 59.04 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g;

<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), kasza jęczmienna 200g b/soli(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1928.46 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 240.27 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 60.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.40 g;

<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2288.11 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 58.18 g; Węglowodany ogółem: 336.40 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 100.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;

<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2138.92 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g;

<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2338.72 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 93.17 g; Węglowodany ogółem: 249.46 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; suma cukrów prostych: 61.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1797.87 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 218.04 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.89 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2), brokuly z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1755.60 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 83.29 g; Węglowodany ogółem: 175.09 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2348.51 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 72.59 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.90 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Paszтет 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, kasza gryczana 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2170.01 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 275.23 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.93 g; suma cukrów prostych: 51.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kasza gryczana 200g, Surówka z kapusty czerwonej 120 g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2054.41 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.98 g; suma cukrów prostych: 43.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2002.02 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 289.08 g; Sól: 1.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 56.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1900.36 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 307.52 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.71 g; suma cukrów prostych: 61.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1818.32 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 54.54 g; Węglowodany ogółem: 245.57 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.87 g; suma cukrów prostych: 58.83 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2073.95 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 80.87 g; Węglowodany ogółem: 263.96 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.59 g; suma cukrów prostych: 80.90 g; Błonnik pokarmowy: 17.32 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kasza gryczana 200g, mandarynka 1 szt.,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2092.33 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 265.78 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 76.00 g; Błonnik pokarmowy: 21.91 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Banan 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , serek homog.naturalny 70g. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.42 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 97.22 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; Sól: 8.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.34 g; suma cukrów prostych: 96.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;

poniedziałek 2024-04-15		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Ciasteczka zbożowe 25g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2148.62 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 77.54 g; Węglowodany ogółem: 258.58 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 72.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rosółka 5g , czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Stek wieprzowy 80g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z kapusty białej 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos cebulowy 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2585.88 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 118.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), 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 owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g , czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2616.78 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 390.97 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.60 g; suma cukrów prostych: 111.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g , czarnuszka 2g,	barszcz czerwony b/s 400ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody b/soli 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2480.79 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.71 g; suma cukrów prostych: 110.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twaróg krajanka 70g (2), rosółka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.67 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 58.20 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 106.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rosółka 5g , twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.10 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 55.51 g; Węglowodany ogółem: 369.39 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 88.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, 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), twaróg krajanka 70g (2), rosółka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek homogenizowany 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2663.34 kcal; Białko ogółem: 137.66 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.35 g; suma cukrów prostych: 93.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

<b>wtorek 2024-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2050.75 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 287.95 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.98 g; suma cukrów prostych: 74.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2037.72 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 89.51 g; Węglowodany ogółem: 209.84 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.47 g; suma cukrów prostych: 78.71 g; Błonnik pokarmowy: 16.35 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.37 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 376.16 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 109.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;

wtorek 2024-04-16 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), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.97 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 39.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.29 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, indyk duszony 80g w sosie wł. (1), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2703.59 kcal; Białko ogółem: 126.68 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 426.25 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 105.75 g; Błonnik pokarmowy: 40.55 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rosółka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2134.55 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 96.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

wtorek 2024-04-16 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), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2010.08 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.57 g; suma cukrów prostych: 107.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), 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 owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.48 kcal; Białko ogółem: 123.39 g; Tłuszcz: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 390.73 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.12 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , ser żółty 60g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2436.18 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 74.83 g; Węglowodany ogółem: 335.78 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.14 g; suma cukrów prostych: 120.16 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), 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 , chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.45 kcal; Białko ogółem: 131.27 g; Tłuszcz: 56.74 g; Węglowodany ogółem: 357.18 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.86 g; suma cukrów prostych: 68.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), 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), ser żółty 60g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, indyk duszony 80g w sosie wł. (1), brokuły z wody 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 10g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3104.79 kcal; Białko ogółem: 164.70 g; Tłuszcz: 102.73 g; Węglowodany ogółem: 386.11 g; Sól: 9.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.09 g; suma cukrów prostych: 105.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mieszanka owocowa w galaretkę 123g., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.09 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; suma cukrów prostych: 122.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.25 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2987.61 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 101.44 g; Węglowodany ogółem: 429.04 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; suma cukrów prostych: 94.90 g; Błonnik pokarmowy: 40.92 g;

<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2789.82 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 95.02 g; Węglowodany ogółem: 399.20 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;

<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2620.21 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 402.66 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.29 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2582.61 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 77.70 g; Węglowodany ogółem: 388.42 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.48 g; suma cukrów prostych: 82.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2493.04 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 87.98 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.69 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g;

<b>środa 2024-04-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	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, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2678.84 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 87.93 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.24 g; suma cukrów prostych: 70.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-17		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.99 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 89.33 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.50 g; suma cukrów prostych: 62.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

środa 2024-04-17		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.72 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 93.71 g; Węglowodany ogółem: 219.29 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.87 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g;

środa 2024-04-17		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	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),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.92 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 358.87 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 101.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

środa 2024-04-17		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), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2477.89 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 89.05 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 64.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.48 g;

środa 2024-04-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2709.89 kcal; Białko ogółem: 88.70 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 396.03 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 64.97 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g;

środa 2024-04-17		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, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2096.54 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 83.82 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2338.62 kcal; Białko ogółem: 56.34 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 367.08 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.04 g; suma cukrów prostych: 73.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;

środa 2024-04-17		
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., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2491.02 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 57.65 g; Węglowodany ogółem: 401.22 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.27 g; suma cukrów prostych: 83.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g;

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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), serek homog. naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2733.22 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 84.74 g; Węglowodany ogółem: 405.94 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g;

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2591.52 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 416.83 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.28 g; suma cukrów prostych: 95.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2885.79 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 108.43 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; Sól: 8.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.73 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2722.22 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 86.04 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

---

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, fasolka szparagowa z bulka tartą 120g(1,2), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1),	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2615.74 kcal; Białko ogółem: 124.61 g; Tłuszcz: 81.67 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 74.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.06 kcal; Białko ogółem: 127.98 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.15 g; suma cukrów prostych: 73.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	grysikowa 400ml b/soli(1,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody b/soli 100g, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2223.06 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 56.33 g; Węglowodany ogółem: 309.31 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.03 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.26 kcal; Białko ogółem: 135.25 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Sól: 5.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 77.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.21 kcal; Białko ogółem: 128.14 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 337.88 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 75.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg krajanka 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2766.14 kcal; Białko ogółem: 163.30 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 79.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2219.01 kcal; Białko ogółem: 129.27 g; Tłuszcz: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 275.26 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; suma cukrów prostych: 63.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2001.30 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 84.57 g; Węglowodany ogółem: 208.91 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.55 g; suma cukrów prostych: 71.87 g; Błonnik pokarmowy: 16.50 g;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2518.23 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 70.44 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 108.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;

czwartek 2024-04-18 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), Sałatka z tunczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), <b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2447.29 kcal; Białko ogółem: 133.29 g; Tłuszcz: 77.58 g; Węglowodany ogółem: 321.55 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.48 g;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.31 kcal; Białko ogółem: 130.91 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 75.44 g; Błonnik pokarmowy: 38.88 g;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2034.30 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 80.19 g; Węglowodany ogółem: 231.83 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.50 g; suma cukrów prostych: 80.15 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2024.23 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 304.49 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.78 g; suma cukrów prostych: 49.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-18			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., poledwica sopocka 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2358.26 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 331.47 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.85 g; suma cukrów prostych: 73.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

czwartek 2024-04-18			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Ryżowa 350ml(8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.28 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 86.18 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.30 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

czwartek 2024-04-18			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2438.84 kcal; Białko ogółem: 143.88 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.37 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

czwartek 2024-04-18			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3098.64 kcal; Białko ogółem: 182.47 g; Tłuszcz: 109.58 g; Węglowodany ogółem: 342.95 g; Sól: 9.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.71 g; suma cukrów prostych: 76.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

czwartek 2024-04-18			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), sałatka owocowa 120g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: budyń z sokiem malinowym 250ml(2),		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2565.66 kcal; Białko ogółem: 131.14 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 366.17 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; suma cukrów prostych: 104.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2893.55 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 108.08 g; Węglowodany ogółem: 359.63 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.22 g; suma cukrów prostych: 93.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), 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), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.75 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 83.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	krupnik 400ml b/soli (1,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2173.81 kcal; Białko ogółem: 108.69 g; Tłuszcz: 54.79 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 88.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*( 1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z mintaja parowany 100g* (4), marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2405.20 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 69.08 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*( 1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.42 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 314.19 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 66.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), 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), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2607.05 kcal; Białko ogółem: 136.06 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.99 g; suma cukrów prostych: 95.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

<b>piątek 2024-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*( 1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1909.44 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 257.65 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 54.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1874.37 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 184.23 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.02 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Błonnik pokarmowy: 16.62 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2578.95 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 78.22 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 115.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2376.89 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 353.55 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z mintaja parowany 100g* (4), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2488.45 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 67.94 g; Węglowodany ogółem: 362.00 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 71.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2082.37 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 308.28 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 64.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.23 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 354.14 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.08 g; suma cukrów prostych: 54.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2253.95 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 49.02 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.12 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1993.37 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 258.06 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 68.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g, polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2337.49 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 351.85 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.63 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z mintaja parowany 100g* (4), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), 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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2816.35 kcal; Białko ogółem: 152.45 g; Tłuszcz: 90.24 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.18 g; suma cukrów prostych: 92.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z mintaja parowany 100g* (4), Sos koperkowy 100g (1,2), 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), serek homo waniliowy 60g (2), Banan 1 szt,
<b>II Śniadanie:</b> galaretki 250g,	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.45 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 404.81 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 145.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

## Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Duszone mięso drobiowe z pieczarkami i ogórkiem konserwowym 150g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2261.97 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 260.84 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 65.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2028.19 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 71.56 g; Węglowodany ogółem: 264.94 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.49 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 87.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2393.18 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 83.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.08 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 72.05 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.75 g; suma cukrów prostych: 88.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2232.24 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 274.34 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 72.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1891.78 kcal; Białko ogółem: 83.47 g; Tłuszcz: 58.55 g; Węglowodany ogółem: 270.15 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.73 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1864.80 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 186.45 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.62 g; suma cukrów prostych: 82.68 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.35 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.03 g; suma cukrów prostych: 117.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 150g ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2127.02 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 58.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2066.94 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 66.17 g; Węglowodany ogółem: 297.84 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 50.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2247.09 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g;

sobota 2024-04-20 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2201.22 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 43.83 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.52 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-20			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., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1856.39 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 52.69 g; Węglowodany ogółem: 264.70 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.29 g; suma cukrów prostych: 63.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

sobota 2024-04-20			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 300g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2202.85 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.42 g; suma cukrów prostych: 95.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;

sobota 2024-04-20			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2140.42 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.65 g; suma cukrów prostych: 86.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

sobota 2024-04-20			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2398.84 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 93.97 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; Sól: 8.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 71.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

sobota 2024-04-20			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2091.37 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 57.83 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2658.89 kcal; Białko ogółem: 127.90 g; Tłuszcz: 89.10 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; Sól: 8.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 93.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2598.10 kcal; Białko ogółem: 133.24 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 102.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 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), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2581.55 kcal; Białko ogółem: 135.31 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 316.39 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 102.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), 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 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2656.80 kcal; Białko ogółem: 133.81 g; Tłuszcz: 85.21 g; Węglowodany ogółem: 342.24 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.72 g; suma cukrów prostych: 103.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 344.83 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2782.20 kcal; Białko ogółem: 150.74 g; Tłuszcz: 90.35 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.44 g; suma cukrów prostych: 105.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1997.00 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 281.59 g; Sól: 1.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2069.94 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 190.18 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.33 g; suma cukrów prostych: 82.40 g; Błonnik pokarmowy: 14.05 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2657.20 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 77.17 g; Węglowodany ogółem: 362.79 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 130.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.90 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 83.98 g; Węglowodany ogółem: 288.20 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 46.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2669.79 kcal; Białko ogółem: 135.60 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 368.90 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; suma cukrów prostych: 97.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.16 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2080.58 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 267.47 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.17 g; suma cukrów prostych: 82.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1960.82 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 45.91 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.85 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-21		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.30 kcal; Białko ogółem: 133.00 g; Tłuszcz: 60.76 g; Węglowodany ogółem: 340.55 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.76 g; suma cukrów prostych: 101.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

niedziela 2024-04-21		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 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), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2606.95 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 364.86 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.63 g; suma cukrów prostych: 102.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

niedziela 2024-04-21		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.98 kcal; Białko ogółem: 136.93 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 332.97 g; Sól: 8.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.37 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

niedziela 2024-04-21		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3068.90 kcal; Białko ogółem: 174.98 g; Tłuszcz: 112.78 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; Sól: 8.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.27 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

niedziela 2024-04-21		
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), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.11 kcal; Białko ogółem: 133.10 g; Tłuszcz: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 332.05 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g;

Dietetyk

.....