

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.90 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 97.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.72 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 96.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.65 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; Sól: 4.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 99.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.45 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 55.57 g; Węglowodany ogółem: 349.35 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 98.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż 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), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.52 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 352.92 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 99.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), 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), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2681.82 kcal; Białko ogółem: 132.87 g; Tłuszcz: 71.66 g; Węglowodany ogółem: 373.49 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.46 g; suma cukrów prostych: 102.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1804.48 kcal; Białko ogółem: 68.95 g; Tłuszcz: 65.17 g; Węglowodany ogółem: 245.93 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 59.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1867.37 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 190.03 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.83 g; suma cukrów prostych: 68.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g;

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), twaróg krajanka 70g (2),	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.95 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 360.78 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.34 g; suma cukrów prostych: 105.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

poniedziałek 2024-05-20		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), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszonek 5g , pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , makaron razowy 200g (1,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.57 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 68.52 g; Węglowodany ogółem: 266.18 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; suma cukrów prostych: 60.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy 200g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2031.64 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 258.66 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 61.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, wafle ryżowe 60g(8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2063.25 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; suma cukrów prostych: 93.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;

poniedziałek 2024-05-20		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), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2057.55 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.80 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20			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., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.12 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 307.86 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.37 g; suma cukrów prostych: 99.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

poniedziałek 2024-05-20			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.75 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 80.48 g; Węglowodany ogółem: 306.58 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.22 g; suma cukrów prostych: 107.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g;

poniedziałek 2024-05-20			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , brokuły z wody 120 g, makaron razowy 200g (1,3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2106.97 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 289.61 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.97 g; suma cukrów prostych: 80.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;

poniedziałek 2024-05-20			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.72 kcal; Białko ogółem: 145.13 g; Tłuszcz: 99.49 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.39 g; suma cukrów prostych: 106.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

poniedziałek 2024-05-20			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , mandarynka 2 szt.,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. ,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.72 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 340.22 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 127.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 100g+(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2977.31 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 119.50 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.49 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2897.92 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 109.89 g; Węglowodany ogółem: 351.88 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.85 g; suma cukrów prostych: 87.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	krupnik 400ml b/soli (1,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, szpinak gotowany b/soli 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.31 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 329.91 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 65.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.40 kcal; Białko ogółem: 120.53 g; Tłuszcz: 85.83 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.34 g; suma cukrów prostych: 66.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.55 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3035.12 kcal; Białko ogółem: 150.32 g; Tłuszcz: 110.59 g; Węglowodany ogółem: 356.78 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.25 g; suma cukrów prostych: 91.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.78 kcal; Białko ogółem: 127.42 g; Tłuszcz: 79.86 g; Węglowodany ogółem: 292.66 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 76.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1927.25 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 80.79 g; Węglowodany ogółem: 201.03 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 81.34 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.07 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 371.70 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 118.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 100g+(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.33 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 93.32 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.46 g; suma cukrów prostych: 57.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.42 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 107.58 g; Węglowodany ogółem: 315.00 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.54 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 74.82 g; Węglowodany ogółem: 321.83 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 63.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.94 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.20 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.12 kcal; Białko ogółem: 129.92 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 353.90 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.05 g; suma cukrów prostych: 89.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.70 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 94.26 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.26 g; suma cukrów prostych: 97.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 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 beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.62 kcal; Białko ogółem: 134.97 g; Tłuszcz: 78.77 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; suma cukrów prostych: 79.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, ser żółty 60g (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3368.72 kcal; Białko ogółem: 164.34 g; Tłuszcz: 143.03 g; Węglowodany ogółem: 353.14 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.07 g; suma cukrów prostych: 87.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2758.93 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 95.38 g; Węglowodany ogółem: 351.27 g; Sól: 7.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.54 g; suma cukrów prostych: 87.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), czarnuszka 2g,	żurek z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 90g*(1,2,3), Marchewka z groszkiem 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.58 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 80.49 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 61.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.50 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 58.91 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	selerowa z ziemniakami 400ml m b/soli, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g (2), sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2121.68 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 330.19 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.63 g; suma cukrów prostych: 65.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 69.31 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.45 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 64.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), bukiet warzyw dieta 120g, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.65 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 68.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.07 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 81.54 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 60.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuly z wody 120 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.25 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 94.21 g; Węglowodany ogółem: 220.58 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.89 g; suma cukrów prostych: 70.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g;

środa 2024-05-22 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(1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.55 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; suma cukrów prostych: 103.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), surówka z ogórka konserwowego 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1925.00 kcal; Białko ogółem: 61.28 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 255.65 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 45.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), surówka z ogórka konserwowego 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.70 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz: 61.06 g; Węglowodany ogółem: 304.23 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Ryż 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, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.95 kcal; Białko ogółem: 106.03 g; Tłuszcz: 62.00 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; suma cukrów prostych: 58.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;

środa 2024-05-22 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), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1908.10 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 293.74 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.14 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.70 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.38 g; suma cukrów prostych: 64.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.35 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 70.28 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 84.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 1 szt., surówka z ogórka konserwowego 120g, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.90 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 52.05 g; Węglowodany ogółem: 344.92 g; Sól: 10.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.20 g; suma cukrów prostych: 79.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.30 kcal; Białko ogółem: 127.74 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; Sól: 8.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.25 g; suma cukrów prostych: 65.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

środa 2024-05-22 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.45 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 302.64 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Pieczeń wieprzowa 80g w sosie własnym, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.03 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 91.91 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 79.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.46 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 77.10 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.16 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 83.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.88 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 77.12 g; Węglowodany ogółem: 358.33 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.13 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana- dieta 400ml (13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.24 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 74.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.76 kcal; Białko ogółem: 131.28 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 348.56 g; Sól: 9.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 83.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.40 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; suma cukrów prostych: 59.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1854.50 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 203.73 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 64.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g;

czwartek 2024-05-23 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*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.81 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 70.85 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 109.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.56 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 327.84 g; Sól: 10.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 56.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.33 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 76.18 g; Węglowodany ogółem: 332.08 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 81.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(8), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), indyk gotowany 80 g, Marchew gotowana 100 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2027.05 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 281.50 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.71 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkielka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2121.89 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.73 g; suma cukrów prostych: 64.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-23			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	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), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.66 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 57.23 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.28 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (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 ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.11 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 92.70 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 83.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g , Bułka kajzerka 50g (1),			
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.01 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; Sól: 11.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.73 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

czwartek 2024-05-23			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), indyk gotowany 80 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2870.06 kcal; Białko ogółem: 147.67 g; Tłuszcz: 94.33 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; Sól: 9.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 81.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

czwartek 2024-05-23			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kiwi 1szt.,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Croissant z nadzieniem kakaowym 1szt.(60g) , Herbata z cukrem 250ml*,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.36 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 87.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), papryka świeża 30g., Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.51 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 71.08 g; Węglowodany ogółem: 360.59 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 116.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.44 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 59.39 g; Węglowodany ogółem: 402.47 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; suma cukrów prostych: 147.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody b/soli 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.24 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 393.88 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 141.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.30 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 396.08 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 124.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.20 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 379.28 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.84 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 405.02 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 149.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 150g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.51 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 302.39 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g(2), Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2040.23 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 91.83 g; Węglowodany ogółem: 214.18 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.14 g; suma cukrów prostych: 81.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.13 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 402.51 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 134.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pomidor 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rukola 5g,	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.53 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 70.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Filet z miruny parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.56 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 121.70 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.66 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 48.29 g; Węglowodany ogółem: 329.03 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 98.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

piątek 2024-05-24 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,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1941.66 kcal; Białko ogółem: 70.27 g; Tłuszcz: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 361.22 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.91 g; suma cukrów prostych: 113.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.64 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 402.23 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.78 g; suma cukrów prostych: 146.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.74 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 383.63 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g; suma cukrów prostych: 128.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), pomarańcza 1 szt, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.44 kcal; Białko ogółem: 119.40 g; Tłuszcz: 55.01 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.37 g; suma cukrów prostych: 108.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2924.54 kcal; Białko ogółem: 136.40 g; Tłuszcz: 87.52 g; Węglowodany ogółem: 403.92 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.27 g; suma cukrów prostych: 146.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt.,	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.00 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 69.29 g; Węglowodany ogółem: 424.32 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.17 g; suma cukrów prostych: 159.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie 250g (1,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*. Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.12 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 83.46 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.89 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
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, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*. Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.06 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 107.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn.400ml b/soli(1,2,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.68 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 74.61 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 110.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryżowa 350ml(8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.58 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 321.27 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.82 g; suma cukrów prostych: 91.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.58 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 287.44 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 93.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.81 kcal; Białko ogółem: 134.07 g; Tłuszcz: 89.75 g; Węglowodany ogółem: 311.76 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.23 g; suma cukrów prostych: 94.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 150g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.48 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 254.62 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; suma cukrów prostych: 72.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Ryżowa 350ml(8,13), brokuly z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1873.25 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 84.23 g; Węglowodany ogółem: 197.15 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.01 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g* , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.25 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 353.97 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 133.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;

sobota 2024-05-25 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), grejfrut 150g , Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.46 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; Sól: 9.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 76.71 g; Błonnik pokarmowy: 45.09 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż brązowy z jabłkiem b/c 300g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.38 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 75.45 g; Węglowodany ogółem: 341.26 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.62 g; suma cukrów prostych: 109.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.89 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 77.03 g; Węglowodany ogółem: 277.07 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 75.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	szpinakowa z ziemn.400ml b/soli(1,2,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1670.35 kcal; Białko ogółem: 59.71 g; Tłuszcz: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 305.52 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.32 g; suma cukrów prostych: 85.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-25			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, 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, roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.26 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 322.83 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.74 g; suma cukrów prostych: 107.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

sobota 2024-05-25			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.01 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 110.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

sobota 2024-05-25			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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, roszonek 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), grejfrut 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	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 konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2106.36 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; Sól: 11.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.11 g; suma cukrów prostych: 84.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;

sobota 2024-05-25			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż brązowy z jabłkiem b/c 300g*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.13 kcal; Białko ogółem: 128.91 g; Tłuszcz: 88.07 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 100.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

sobota 2024-05-25			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), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, mandarynka 2 szt.,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., serek homo owocowy 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.13 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 57.05 g; Węglowodany ogółem: 348.28 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 132.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bułka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.47 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 96.05 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.13 g; suma cukrów prostych: 99.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.22 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 317.05 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 90.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.57 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 305.28 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.18 g; suma cukrów prostych: 96.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.64 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 317.86 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 68.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.00 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 65.87 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 71.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.82 kcal; Białko ogółem: 159.30 g; Tłuszcz: 101.30 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 93.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.54 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 78.83 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.28 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 222.35 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 89.35 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, rukola 5g,	Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.80 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 128.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, połędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.32 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 88.07 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 50.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, połędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.42 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 81.41 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 100.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

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

niedziela 2024-05-26 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., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2024.42 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.00 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-26		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.02 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 61.07 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.99 g; suma cukrów prostych: 92.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

niedziela 2024-05-26		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), 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), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.15 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węglowodany ogółem: 318.67 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;

niedziela 2024-05-26		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.72 kcal; Białko ogółem: 148.56 g; Tłuszcz: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.86 g; suma cukrów prostych: 65.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

niedziela 2024-05-26		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2828.10 kcal; Białko ogółem: 153.13 g; Tłuszcz: 102.55 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; Sól: 9.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.24 g; suma cukrów prostych: 91.15 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;

niedziela 2024-05-26		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.42 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 75.35 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.39 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

Dietetyk

.....