

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, czarnuszka 2g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.35 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 297.42 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

poniedziałek 2024-06-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.10 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 82.92 g; Węglowodany ogółem: 278.68 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 57.50 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g;

poniedziałek 2024-06-03 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 z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	botwinka z ziemn. b/soli 400ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.70 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 84.04 g; Węglowodany ogółem: 292.97 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 58.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;

poniedziałek 2024-06-03 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), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.50 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 82.79 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g;

poniedziałek 2024-06-03 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), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), 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), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.23 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 83.03 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.55 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

poniedziałek 2024-06-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.40 kcal; Białko ogółem: 122.51 g; Tłuszcz: 93.04 g; Węglowodany ogółem: 281.88 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 59.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.70 kcal; Białko ogółem: 104.09 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 378.08 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 101.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 100g*, sok warzywny 150ml ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.80 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 82.16 g; Węglowodany ogółem: 274.53 g; Sól: 9.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g; suma cukrów prostych: 53.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.35 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 81.70 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 50.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na ml. 350g, waffle ryżowe 60g(8),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, waffle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.14 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 70.23 g; Węglowodany ogółem: 279.51 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 63.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;

poniedziałek 2024-06-03		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, waffle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.68 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 47.38 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; Sól: 5.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.62 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-03		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.30 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 278.44 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.98 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g;

poniedziałek 2024-06-03		
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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.20 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 67.12 g; Węglowodany ogółem: 299.29 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; suma cukrów prostych: 80.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g;

poniedziałek 2024-06-03		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , Herbata bez cukru 250g, czarnuszka 2g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), sok warzywny 150ml ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.35 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; Sól: 10.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.06 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

poniedziałek 2024-06-03		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), 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), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2703.76 kcal; Białko ogółem: 142.02 g; Tłuszcz: 105.59 g; Węglowodany ogółem: 290.76 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.78 g; suma cukrów prostych: 62.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.06 g;

poniedziałek 2024-06-03		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.43 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 287.96 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.84 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 74.97 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 96.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.01 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	szpinakowa z ziemn. 400ml b/soli(1,2,3,8), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.78 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 69.89 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; suma cukrów prostych: 97.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.75 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 93.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.38 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 75.51 g; Węglowodany ogółem: 340.43 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.76 g; suma cukrów prostych: 73.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2822.01 kcal; Białko ogółem: 152.32 g; Tłuszcz: 86.25 g; Węglowodany ogółem: 364.88 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.23 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g,

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

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (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: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.70 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 88.03 g; Węglowodany ogółem: 387.74 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.94 g; suma cukrów prostych: 125.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), grejfrut 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.64 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g; suma cukrów prostych: 57.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.00 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.61 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; Sól: 4.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 82.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.75 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 62.67 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

wtorek 2024-06-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml b/ml, Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.25 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.14 g; suma cukrów prostych: 59.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.21 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 362.94 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.71 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.58 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 354.73 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.21 g; suma cukrów prostych: 130.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.27 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 412.57 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.88 g; suma cukrów prostych: 117.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g;

wtorek 2024-06-04		
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), ogórek zielony 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2870.27 kcal; Białko ogółem: 152.30 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 366.90 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.50 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 25g x 2 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt., roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.21 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 61.30 g; Węglowodany ogółem: 418.77 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 150.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3224.52 kcal; Białko ogółem: 139.90 g; Tłuszcz: 100.16 g; Węglowodany ogółem: 443.07 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.65 g; suma cukrów prostych: 147.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3041.78 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 96.08 g; Węglowodany ogółem: 418.21 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.14 g; suma cukrów prostych: 144.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 400 ml b/soli(1,2,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.83 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 90.30 g; Węglowodany ogółem: 416.42 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 155.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z jabłkami 300g (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.14 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 143.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2776.99 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 77.61 g; Węglowodany ogółem: 409.27 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 132.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3240.38 kcal; Białko ogółem: 147.94 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 427.77 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.68 g; suma cukrów prostych: 153.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Masło 5g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.30 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 71.59 g; Węglowodany ogółem: 260.30 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 58.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1931.85 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 81.03 g; Węglowodany ogółem: 205.77 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 16.01 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), mus warzywno-owocowy 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.55 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 76.00 g; Węglowodany ogółem: 382.56 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.46 g; suma cukrów prostych: 122.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), poledwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.82 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 103.31 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 67.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), poledwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3150.58 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 95.40 g; Węglowodany ogółem: 458.67 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 143.73 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g;

środa 2024-06-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), Ryż z truskawkami i sosem 350g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.78 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 92.64 g; Węglowodany ogółem: 278.77 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.88 g; suma cukrów prostych: 122.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, połędwica sopocka 50g(1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), makaron z sosem truskawk. b/ml (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1922.14 kcal; Białko ogółem: 55.59 g; Tłuszcz: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.89 g; suma cukrów prostych: 99.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g;

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), połędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2826.93 kcal; Białko ogółem: 124.86 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 409.35 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 137.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3185.18 kcal; Białko ogółem: 132.03 g; Tłuszcz: 110.25 g; Węglowodany ogółem: 422.42 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.92 g; suma cukrów prostych: 145.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g;

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek konserwowy 100g*, połędwica sopocka 50g(1,8), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.14 kcal; Białko ogółem: 131.38 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 404.04 g; Sól: 11.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 133.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g;

środa 2024-06-05		
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), połędwica sopocka 50g(1,8), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (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, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3545.36 kcal; Białko ogółem: 162.26 g; Tłuszcz: 131.66 g; Węglowodany ogółem: 427.04 g; Sól: 8.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.95 g; suma cukrów prostych: 151.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem truskawkowym 300g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2777.89 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 79.43 g; Węglowodany ogółem: 405.41 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.56 g; suma cukrów prostych: 130.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g*(2), papryka św. 100g, rozszponka 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), kotlet schabowy 80g (1,3), Ziemniaki 200g*(2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.75 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 91.68 g; Węglowodany ogółem: 351.07 g; Sól: 8.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g, czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.10 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 58.27 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	grysikowa 400ml b/soli(1,13), schab gotowany 80g, szpinak gotowany b/soli 100g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.58 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 60.47 g; Węglowodany ogółem: 280.86 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 66.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

czwartek 2024-06-06 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 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.90 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 314.49 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.12 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.10 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 315.10 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2063.83 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 83.17 g; Węglowodany ogółem: 238.37 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 56.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1841.93 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węglowodany ogółem: 194.61 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 66.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.43 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.80 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 343.56 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 102.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata expresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , czarnuszka 2g, roszponka 5g ,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, grejfrut 150g ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.50 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 63.11 g; Węglowodany ogółem: 318.57 g; Sól: 10.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 44.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.60 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 59.70 g; Węglowodany ogółem: 307.23 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.12 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 288.02 g; Sól: 1.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.09 g; suma cukrów prostych: 74.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1880.58 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 296.30 g; Sól: 7.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.41 g; suma cukrów prostych: 48.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2057.70 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.37 g; suma cukrów prostych: 64.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.95 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, roszonek 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2), grejfrut 150g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: sok warzywny 150ml,		Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.25 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; Sól: 11.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.85 g; suma cukrów prostych: 76.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.70 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 67.57 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; suma cukrów prostych: 67.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.50 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 82.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka50g(1), chleb pszenno-żytni35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), papryka 30g, Kompot z owoców mroż. 250g*	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Maślanka 300ml (2) 1 szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.63 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 356.31 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 110.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2549.69 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 79.03 g; Węglowodany ogółem: 356.34 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 114.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, ziemniaki b/soli 200g m, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.29 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 337.24 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 114.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	Ryżowa 350ml* (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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.14 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 117.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 400ml m(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.97 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.24 g; suma cukrów prostych: 97.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.84 kcal; Białko ogółem: 145.12 g; Tłuszcz: 101.19 g; Węglowodany ogółem: 338.73 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.53 g; suma cukrów prostych: 93.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuty z wody 150g, ziemniaki 250g(2) ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.87 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 278.46 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 74.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g(2) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1853.89 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 81.36 g; Węglowodany ogółem: 190.91 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 76.69 g; Błonnik pokarmowy: 14.35 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.44 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; Sól: 7.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, truskawki 150g ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Posiłek nocny: Maślanka 300ml (2) 1 szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.85 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 82.06 g; Węglowodany ogółem: 286.68 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 46.62 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.54 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 78.67 g; Węglowodany ogółem: 401.63 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 114.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.20 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), wafle ryżowe 60g(8), twaróg krajanka 30g. (2),	Pomidorowa z ryżem b/mąki 350ml (2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona 10g, jarzynka gotowana b/mąki 100g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.20 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 65.63 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 105.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.56 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 352.52 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.18 g; suma cukrów prostych: 74.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.34 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.92 g; suma cukrów prostych: 115.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, Ziemniaki 200g* (2), 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.14 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna rama 20g 2szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kakao 250ml(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g* (2), truskawki 150g , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Maślanka 300ml (2) 1 szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.16 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 323.15 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; suma cukrów prostych: 84.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2), serek homo owocowy 70g (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, 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), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2855.94 kcal; Białko ogółem: 153.72 g; Tłuszcz: 101.80 g; Węglowodany ogółem: 325.85 g; Sól: 8.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.00 g; suma cukrów prostych: 89.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałata zielona 10g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 60g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.84 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 110.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kasza jęczmienna 200 g(1), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.37 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 100.15 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.93 g; suma cukrów prostych: 89.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.51 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 93.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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]: 2407.67 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 93.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), 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]: 2343.52 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 77.00 g; Węglowodany ogółem: 310.85 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 88.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.22 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 314.72 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 91.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.96 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 74.66 g; Węglowodany ogółem: 325.38 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 80.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 150 m (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.60 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 78.67 g; Węglowodany ogółem: 270.09 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 72.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1899.80 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 207.98 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.37 kcal; Białko ogółem: 95.30 g; Tłuszcz: 63.74 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmieńna 200 g(1), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.82 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 294.70 g; Sól: 9.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; suma cukrów prostych: 43.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kasza jęczmieńna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.86 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.92 g; suma cukrów prostych: 68.80 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Brokułowa z ziemn. b/mąki400ml (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.15 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 339.24 g; Sól: 4.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

sobota 2024-06-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmieńna 200 g(1),	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.02 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 49.89 g; Węglowodany ogółem: 290.86 g; Sól: 8.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.84 g; suma cukrów prostych: 76.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-08			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna light 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, margaryna light 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.01 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.44 g; suma cukrów prostych: 95.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

sobota 2024-06-08			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.67 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 97.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;

sobota 2024-06-08			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1), Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.16 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 333.85 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.23 g; suma cukrów prostych: 79.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

sobota 2024-06-08			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Banan 1 szt, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2941.36 kcal; Białko ogółem: 144.70 g; Tłuszcz: 98.46 g; Węglowodany ogółem: 359.48 g; Sól: 9.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.30 g; suma cukrów prostych: 108.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

sobota 2024-06-08			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), mandarynka 1 szt., buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.31 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 90.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, roszponka 5g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak pieczony - 130 (11,13), Ziemniaki 200g* (2), Mizeria z sosem winegret 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.40 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 90.75 g; Węglowodany ogółem: 319.29 g; Sól: 7.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 91.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

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

niedziela 2024-06-09 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 homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.60 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 106.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.65 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 103.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.24 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 341.08 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; suma cukrów prostych: 103.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.45 kcal; Białko ogółem: 141.20 g; Tłuszcz: 69.83 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.88 g; suma cukrów prostych: 111.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.02 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Mizeria z sosem winegret 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.03 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 80.93 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; suma cukrów prostych: 69.60 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Mizeria z sosem winegret 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.38 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węglowodany ogółem: 297.95 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; suma cukrów prostych: 58.60 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.04 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 65.65 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

niedziela 2024-06-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2121.60 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 46.48 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.61 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-09			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,		twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.25 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.89 g; suma cukrów prostych: 94.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

niedziela 2024-06-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), miód 2szt. (50g), mandarynka 1 szt.,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.35 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 398.89 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 122.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

niedziela 2024-06-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,		Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Masło 15g*(2), rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.70 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

niedziela 2024-06-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, ser żółty 60g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2861.65 kcal; Białko ogółem: 157.31 g; Tłuszcz: 103.01 g; Węglowodany ogółem: 327.16 g; Sól: 8.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.79 g; suma cukrów prostych: 111.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

niedziela 2024-06-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., serek homo waniliowy 70g*(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, dżem 50g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.15 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 55.06 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.51 g; suma cukrów prostych: 102.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Dietetyk

.....