

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Kapuśniak 400ml (1,2,8,11), leczko z papryki i cukini z kielbasą 300g (1,8,11,13), Ryż gotowany 200g, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.84 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 75.65 g; Węglowodany ogółem: 277.80 g; Sól: 7.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; suma cukrów prostych: 67.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.13 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Sól: 7.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 63.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn. 400ml b/soli(1,2,3,8), Risotto dieta 300g (13) , Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pomidorowy b/soli 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.73 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 273.62 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 66.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.25 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 89.89 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.70 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.54 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 61.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g;

poniedziałek 2024-06-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.13 kcal; Białko ogółem: 138.59 g; Tłuszcz: 109.50 g; Węglowodany ogółem: 279.60 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.59 g; suma cukrów prostych: 67.20 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1887.47 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 227.30 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 52.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2), Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1921.59 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 96.04 g; Węglowodany ogółem: 182.69 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.04 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; Tłuszcz: 84.28 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.73 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 88.64 g; Węglowodany ogółem: 285.72 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Salata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.53 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 91.41 g; Węglowodany ogółem: 362.87 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 54.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, sos pomidorowy b/mleka b/mąki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.66 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węglowodany ogółem: 258.41 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 61.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, sos pomidorowy b/mleka b/mąki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.86 kcal; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.99 g; suma cukrów prostych: 57.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.33 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 274.20 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.52 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,			
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.90 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 84.64 g; Węglowodany ogółem: 285.02 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.88 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.21 g;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszponka 5g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.53 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 75.95 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; Sól: 7.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 75.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg 100g (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), ser topiony 2 szt. 34g 92),			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3002.73 kcal; Białko ogółem: 159.86 g; Tłuszcz: 115.16 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; Sól: 9.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.53 g; suma cukrów prostych: 110.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,			
Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.03 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 92.89 g; Węglowodany ogółem: 277.96 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab duszony 90g*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.70 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 72.21 g; Węglowodany ogółem: 402.99 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 130.04 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.71 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 72.28 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	krupnik 400ml b/soli (1,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2549.05 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 61.95 g; Węglowodany ogółem: 390.32 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 118.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.10 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.79 kcal; Białko ogółem: 117.41 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 387.28 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 118.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.15 kcal; Białko ogółem: 117.84 g; Tłuszcz: 59.31 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 98.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek homogenizowany 70g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.27 kcal; Białko ogółem: 131.80 g; Tłuszcz: 78.59 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.05 g; suma cukrów prostych: 101.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.52 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 57.49 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.60 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.49 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 215.75 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 81.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.14 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 375.07 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.21 g; suma cukrów prostych: 122.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.30 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; Sól: 5.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.99 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2758.52 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 427.79 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; suma cukrów prostych: 113.39 g; Błonnik pokarmowy: 43.12 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rosółka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki 350ml(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.27 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 99.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.81 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.13 g; suma cukrów prostych: 112.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.41 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodany ogółem: 392.27 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.83 g; suma cukrów prostych: 118.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , ser żółty 60g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.39 kcal; Białko ogółem: 126.16 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 390.33 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.81 g; suma cukrów prostych: 125.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.78 kcal; Białko ogółem: 125.33 g; Tłuszcz: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 366.79 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.15 g; suma cukrów prostych: 85.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ser żółty 60g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 110g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 10g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3159.22 kcal; Białko ogółem: 166.25 g; Tłuszcz: 106.60 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; Sól: 8.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.98 g; suma cukrów prostych: 114.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2566.42 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.95 g; suma cukrów prostych: 114.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 90g m (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.07 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 98.74 g; Węglowodany ogółem: 357.75 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 75.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.45 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 87.69 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 66.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2), sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.91 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 61.21 g; Węglowodany ogółem: 373.24 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 79.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), 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, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.24 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 356.49 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 74.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 400ml m (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 250g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.28 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 79.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.55 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2), 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, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3034.30 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 91.58 g; Węglowodany ogółem: 434.40 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.11 g; suma cukrów prostych: 78.90 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2046.65 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 91.63 g; Węglowodany ogółem: 216.09 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.24 g; suma cukrów prostych: 75.58 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.85 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 72.43 g; Węglowodany ogółem: 355.67 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.78 g; suma cukrów prostych: 99.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), , rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rosółką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.37 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 89.88 g; Węglowodany ogółem: 418.75 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.58 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rosółką i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2987.37 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 92.50 g; Węglowodany ogółem: 457.86 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 62.14 g; Błonnik pokarmowy: 46.45 g;

środa 2024-06-12 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, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml*(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rosółka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.24 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2) , sos jarzynowy b/ml 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2027.62 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 51.00 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; Sól: 8.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.03 g; suma cukrów prostych: 60.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

środa 2024-06-12 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., serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.65 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.06 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.18 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 96.43 g; Węglowodany ogółem: 360.28 g; Sól: 7.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.23 g; suma cukrów prostych: 74.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.12 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 57.24 g; Węglowodany ogółem: 374.71 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.26 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , 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, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3492.90 kcal; Białko ogółem: 150.40 g; Tłuszcz: 125.33 g; Węglowodany ogółem: 441.60 g; Sól: 9.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.64 g; suma cukrów prostych: 84.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.95 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.23 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.21 kcal; Białko ogółem: 133.25 g; Tłuszcz: 107.95 g; Węglowodany ogółem: 340.84 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 92.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.05 kcal; Białko ogółem: 138.23 g; Tłuszcz: 98.73 g; Węglowodany ogółem: 316.75 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 81.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/soli 150g(1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.00 kcal; Białko ogółem: 134.52 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.79 g; suma cukrów prostych: 90.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2702.65 kcal; Białko ogółem: 141.29 g; Tłuszcz: 97.13 g; Węglowodany ogółem: 318.95 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; suma cukrów prostych: 83.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2717.00 kcal; Białko ogółem: 144.68 g; Tłuszcz: 98.30 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.35 g; suma cukrów prostych: 80.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.80 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2911.24 kcal; Białko ogółem: 164.17 g; Tłuszcz: 102.91 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.16 g; suma cukrów prostych: 84.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.38 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.91 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.67 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 190.39 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 71.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.83 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.60 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 71.23 g; Węglowodany ogółem: 333.39 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 108.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Udka gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.86 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 109.89 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.76 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), papryka św. 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Udka gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.82 kcal; Białko ogółem: 144.87 g; Tłuszcz: 98.33 g; Węglowodany ogółem: 355.71 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.01 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	rosół czysty 400ml (13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 100g, Udka gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, szynka na kartki 40g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.80 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 85.23 g; Węglowodany ogółem: 239.18 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;		
czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., poledwica sopocka 50g(1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.25 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 296.70 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.27 g; suma cukrów prostych: 58.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., poledwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.25 kcal; Białko ogółem: 137.99 g; Tłuszcz: 79.85 g; Węglowodany ogółem: 316.50 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;

czwartek 2024-06-13			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.72 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 87.37 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.76 g; suma cukrów prostych: 97.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

czwartek 2024-06-13			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.84 kcal; Białko ogółem: 153.42 g; Tłuszcz: 87.91 g; Węglowodany ogółem: 331.55 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.06 g; suma cukrów prostych: 81.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

czwartek 2024-06-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3202.64 kcal; Białko ogółem: 181.92 g; Tłuszcz: 130.81 g; Węglowodany ogółem: 327.73 g; Sól: 9.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.65 g; suma cukrów prostych: 83.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

czwartek 2024-06-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: budyń z sokiem malinowym 250ml(2),		Podwieczorek: mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2902.74 kcal; Białko ogółem: 145.37 g; Tłuszcz: 100.62 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; Sól: 7.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; suma cukrów prostych: 106.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2672.40 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 92.54 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Sól: 8.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.98 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.80 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryż./mąki b/ml400ml (8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.13 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 65.24 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 90.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.40 g;

piątek 2024-06-14 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.80 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-06-14 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), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.97 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 328.85 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 79.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.10 kcal; Białko ogółem: 139.96 g; Tłuszcz: 81.75 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 97.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2017.66 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 70.34 g; Węglowodany ogółem: 263.94 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.92 g; suma cukrów prostych: 50.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Salata zielona z sosem winegret 80g, brokuly z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.75 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 175.07 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.12 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Błonnik pokarmowy: 13.93 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1),chleb pszen-żytni(2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt(1),chleb pszen-żytni(2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2707.73 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 85.01 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 111.61 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), twaróg krajanka 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g(4,13), Sos jarzynowy 100g*(1,2,13), Ziemniaki 200g*(2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g(3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g(1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.72 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 63.01 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g(2), kasza manna na mleku 350g(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g(4,13), Sos jarzynowy 100g*(1,2,13), Ziemniaki 200g*(2), Surówka z kapusty kisz 120g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g(3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.68 kcal; Białko ogółem: 122.91 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g(1,2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem b/mąki 350ml(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*(2), Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.69 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.05 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

piątek 2024-06-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1),chleb pszen-żytni(2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Pomidorowa z ryż b/mąki b/ml400ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g(4,13), Ziemniaki 200g*(2), Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1),chleb pszen-żytni(2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.45 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; Sól: 8.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.84 g; suma cukrów prostych: 52.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-14		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.00 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 336.82 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.60 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-06-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.82 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 332.70 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 78.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

piątek 2024-06-14		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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.72 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; Sól: 7.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.03 g; suma cukrów prostych: 74.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

piątek 2024-06-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.30 kcal; Białko ogółem: 144.94 g; Tłuszcz: 92.55 g; Węglowodany ogółem: 339.43 g; Sól: 8.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.91 g; suma cukrów prostych: 88.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

piątek 2024-06-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Banan 1 szt,
II Śniadanie: galaretką 250g,	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2754.50 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 397.83 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.37 g; suma cukrów prostych: 139.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	grochowa z ziem. 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.87 kcal; Białko ogółem: 123.52 g; Tłuszcz: 79.51 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 82.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.79 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 57.95 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.20 g; suma cukrów prostych: 114.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.39 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 60.00 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 141.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

sobota 2024-06-15 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.48 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 57.00 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; suma cukrów prostych: 129.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.58 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 61.58 g; Węglowodany ogółem: 376.36 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 130.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.74 kcal; Białko ogółem: 131.90 g; Tłuszcz: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 370.68 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.98 g; suma cukrów prostych: 122.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

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

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

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

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

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), grejfrut 150g , makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.07 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 68.29 g; Węglowodany ogółem: 262.11 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.74 g; suma cukrów prostych: 63.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosółka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.69 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 388.62 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.18 g; suma cukrów prostych: 102.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g,(2), pomidor 100g, rosółka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.99 kcal; Białko ogółem: 62.47 g; Tłuszcz: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 116.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

sobota 2024-06-15 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosółka 5g ,	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1994.48 kcal; Białko ogółem: 59.86 g; Tłuszcz: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 379.43 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.51 g; suma cukrów prostych: 105.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-15		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.99 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.91 g; suma cukrów prostych: 114.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

sobota 2024-06-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.39 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 61.20 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 110.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

sobota 2024-06-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), grejfrut 1 szt, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.47 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 55.99 g; Węglowodany ogółem: 272.06 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.98 g; suma cukrów prostych: 91.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g;

sobota 2024-06-15		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog. nat. 60g.(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (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 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.34 kcal; Białko ogółem: 146.27 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 338.14 g; Sól: 8.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.37 g; suma cukrów prostych: 96.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

sobota 2024-06-15		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.69 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 57.54 g; Węglowodany ogółem: 321.55 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), rozspanka 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.15 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.68 g; suma cukrów prostych: 90.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.89 kcal; Białko ogółem: 135.89 g; Tłuszcz: 74.83 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; suma cukrów prostych: 97.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.64 kcal; Białko ogółem: 135.89 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 106.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.49 kcal; Białko ogółem: 138.00 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.99 g; suma cukrów prostych: 106.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.77 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 357.59 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.66 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2885.49 kcal; Białko ogółem: 160.15 g; Tłuszcz: 87.47 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.86 g; suma cukrów prostych: 106.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.94 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 59.33 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; Sól: 1.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 77.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.64 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 213.20 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.67 g; suma cukrów prostych: 84.69 g; Błonnik pokarmowy: 15.18 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt.,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.14 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 376.37 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 125.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g.	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.00 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.01 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.89 kcal; Białko ogółem: 139.45 g; Tłuszcz: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 389.86 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 94.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.83 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.97 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 275.09 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.89 g; suma cukrów prostych: 83.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.30 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.84 g; suma cukrów prostych: 58.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.09 kcal; Białko ogółem: 135.64 g; Tłuszcz: 55.96 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.80 g; suma cukrów prostych: 97.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.71 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 86.26 g; Węglowodany ogółem: 374.64 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.04 g; suma cukrów prostych: 107.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g ,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.78 kcal; Białko ogółem: 136.70 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; Sól: 8.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.31 g; suma cukrów prostych: 89.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2824.54 kcal; Białko ogółem: 158.93 g; Tłuszcz: 83.30 g; Węglowodany ogółem: 364.28 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.14 g; suma cukrów prostych: 105.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

niedziela 2024-06-16			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), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g,			
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.60 kcal; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 86.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

Dietetyk

.....