

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	żurek z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kasza pęczak z warzywami po meksykańsku 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.11 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 101.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.58 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g; Sól: 4.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 103.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.13 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 375.02 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 108.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

poniedziałek 2024-06-17 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, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.07 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 360.86 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 105.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

poniedziałek 2024-06-17 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, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sałata 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), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.62 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 72.90 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 108.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2893.63 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 93.62 g; Węglowodany ogółem: 403.87 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 114.12 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemiacczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2),	
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,	

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

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemiacczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1800.80 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 178.48 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.15 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Błonnik pokarmowy: 14.71 g;

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.95 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 360.53 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 105.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI	
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszponka 5g, pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1931.43 kcal; Białko ogółem: 63.88 g; Tłuszcz: 63.47 g; Węglowodany ogółem: 290.99 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.19 g; suma cukrów prostych: 66.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g;

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1926.50 kcal; Białko ogółem: 66.17 g; Tłuszcz: 65.18 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g;

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pomidorowy b/mleka b/mąki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, waffle ryżowe 60g(8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1819.96 kcal; Białko ogółem: 62.36 g; Tłuszcz: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 278.10 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.25 g; suma cukrów prostych: 111.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

poniedziałek 2024-06-17		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.03 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 46.01 g; Węglowodany ogółem: 348.35 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.77 g; suma cukrów prostych: 82.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.98 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 53.73 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.37 g; suma cukrów prostych: 106.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.88 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 348.74 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 118.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.83 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 314.42 g; Sól: 4.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.98 g; suma cukrów prostych: 87.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2928.38 kcal; Białko ogółem: 136.93 g; Tłuszcz: 107.38 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.69 g; suma cukrów prostych: 120.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , mandarynka 2 szt.,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.38 kcal; Białko ogółem: 72.20 g; Tłuszcz: 71.32 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; Sól: 4.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.82 g; suma cukrów prostych: 127.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchwi z ananase 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.49 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 121.91 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.12 g; suma cukrów prostych: 105.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2732.80 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 99.98 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.89 g; suma cukrów prostych: 89.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	botwinka z ziemn. b/soli 400ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.75 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 79.24 g; Węglowodany ogółem: 325.05 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 62.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.08 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 309.52 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 67.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.75 kcal; Białko ogółem: 116.60 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 66.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2914.80 kcal; Białko ogółem: 140.52 g; Tłuszcz: 108.03 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.67 g; suma cukrów prostych: 92.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.93 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 274.60 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.67 g; suma cukrów prostych: 77.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1805.40 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 182.97 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 82.34 g; Błonnik pokarmowy: 12.35 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.87 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 120.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchwi z anansem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.80 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 96.19 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 67.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.10 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 97.63 g; Węglowodany ogółem: 300.35 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.43 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.80 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.07 g; suma cukrów prostych: 60.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

wtorek 2024-06-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml b/ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2243.13 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 57.29 g; Węglowodany ogółem: 337.96 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.67 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-18			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.40 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.89 g; suma cukrów prostych: 92.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

wtorek 2024-06-18			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.27 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.42 g; suma cukrów prostych: 103.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g;

wtorek 2024-06-18			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.10 kcal; Białko ogółem: 127.71 g; Tłuszcz: 75.31 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; Sól: 7.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; suma cukrów prostych: 87.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g;

wtorek 2024-06-18			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3126.20 kcal; Białko ogółem: 151.66 g; Tłuszcz: 127.08 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.47 g; suma cukrów prostych: 90.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;

wtorek 2024-06-18			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.80 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 337.20 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 89.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rozspanka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, Kluski śląskie - 200, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.82 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 82.09 g; Węglowodany ogółem: 329.40 g; Sól: 8.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 64.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rozspanka 5g, czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Kluski śląskie - 200,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.67 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 327.04 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, rozspanka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	krupnik 400ml b/soli (1,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.90 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 60.20 g; Węglowodany ogółem: 332.89 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 72.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

środa 2024-06-19 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 owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, rozspanka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kluski śląskie - 200, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.60 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.50 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

środa 2024-06-19 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), Rzodkiew biała 100g, rozspanka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kluski śląskie - 200, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.60 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.50 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rozspanka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g, ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.97 kcal; Białko ogółem: 145.12 g; Tłuszcz: 86.39 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; Sól: 8.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.51 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.40 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 283.85 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

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

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kluski śląskie - 200, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.70 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.48 g; suma cukrów prostych: 102.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1987.57 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 250.18 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kluski śląskie - 200, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.47 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 74.81 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 43.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kluski śląskie - 200, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.30 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 69.90 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 57.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.95 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1902.40 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 291.03 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.14 g; suma cukrów prostych: 42.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kluski śląskie - 200, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.87 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 57.53 g; Węglowodany ogółem: 326.79 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.79 g; suma cukrów prostych: 59.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.70 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.62 g; suma cukrów prostych: 82.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemiaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 1 szt., brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.62 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 338.41 g; Sól: 9.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; suma cukrów prostych: 74.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), czarnuszka 2g, serek homo owocowy 70g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski śląskie - 200, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2971.37 kcal; Białko ogółem: 157.90 g; Tłuszcz: 104.21 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; Sól: 8.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.66 g; suma cukrów prostych: 71.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;

środa 2024-06-19 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.50 kcal; Białko ogółem: 83.18 g; Tłuszcz: 63.65 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.36 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 86.25 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 73.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.96 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 85.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (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), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.66 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 358.92 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 87.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.98 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 85.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (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), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.06 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.30 g; suma cukrów prostych: 88.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (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), polewica sopocka 50g(1,8), mandarynka 1 szt., twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.26 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 359.38 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.30 g; suma cukrów prostych: 87.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.71 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 77.58 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 150g(1,2),	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]: 1904.81 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 216.01 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.41 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 363.91 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 111.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.16 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 87.00 g; Węglowodany ogółem: 336.48 g; Sól: 8.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 56.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.83 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 79.31 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.53 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(8), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami b/mąki 400ml(13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane b/mąki 100g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, mandarynka 1 szt., twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.58 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 61.69 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.21 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

czwartek 2024-06-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	jarzynowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.06 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 334.99 g; Sól: 9.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.92 g; suma cukrów prostych: 71.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-20			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.16 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 60.36 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; suma cukrów prostych: 85.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

czwartek 2024-06-20			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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 krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt.,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.31 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 99.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

czwartek 2024-06-20			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Sos pietruszkowy 100g (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Bułka kajzerka 50g (1),			
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.71 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; Sól: 9.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.89 g; suma cukrów prostych: 80.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

czwartek 2024-06-20			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (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), polędwica sopocka 50g(1,8), mandarynka 1 szt., twaróg krajanka 70g (2),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.26 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 359.38 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.30 g; suma cukrów prostych: 87.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

czwartek 2024-06-20			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.96 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 82.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2635.07 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 78.67 g; Węglowodany ogółem: 383.22 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 116.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.51 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sos koperkowy 100g m (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.29 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 146.03 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn.400ml b/soli(1,2,3,8), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.06 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 55.09 g; Węglowodany ogółem: 401.70 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; suma cukrów prostych: 148.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.63 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 59.45 g; Węglowodany ogółem: 405.72 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 129.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.56 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.53 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 389.41 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 113.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.69 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 62.99 g; Węglowodany ogółem: 426.63 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.24 g; suma cukrów prostych: 149.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.01 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 80.92 g; Węglowodany ogółem: 296.44 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 77.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo.masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2025.73 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 92.73 g; Węglowodany ogółem: 208.23 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.97 g; suma cukrów prostych: 79.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2702.23 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 406.54 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.45 g; suma cukrów prostych: 138.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pomidor 100g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, pomarańcza 1 szt, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.73 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; suma cukrów prostych: 56.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.33 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 60.90 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 117.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.30 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 371.33 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.56 g; suma cukrów prostych: 103.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.38 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.43 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 400.55 g; Sól: 7.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.78 g; suma cukrów prostych: 115.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sos koperkowy 100g m (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.49 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 423.34 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.14 g; suma cukrów prostych: 145.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sos koperkowy 100g m (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.29 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 146.03 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), pomarańcza 1 szt, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.19 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 54.61 g; Węglowodany ogółem: 385.78 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.97 g; suma cukrów prostych: 104.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3017.89 kcal; Białko ogółem: 153.27 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 429.58 g; Sól: 9.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.41 g; suma cukrów prostych: 150.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sos koperkowy 100g m (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.29 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 146.03 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kotlet mielony 100 g (1,2), Ziemniaki 200 g, mizeria z jogurtem 120g (2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*. Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.10 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 95.51 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; Sól: 11.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.97 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*. Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.34 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Sól: 9.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.34 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 365.03 g; Sól: 9.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

sobota 2024-06-22 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), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Ryżowa 350ml(8,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.03 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 328.46 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.46 g; suma cukrów prostych: 90.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2004.74 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz: 69.72 g; Węglowodany ogółem: 267.40 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; suma cukrów prostych: 87.84 g; Błonnik pokarmowy: 17.21 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200 g, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, 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), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.09 kcal; Białko ogółem: 130.12 g; Tłuszcz: 92.77 g; Węglowodany ogółem: 353.36 g; Sól: 10.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.25 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1965.48 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 238.56 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), Ryżowa 350ml(8,13), brokuly z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

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

sobota 2024-06-22 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), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.50 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 402.44 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 116.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rozspanka 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200 g, grejfrut 150g, Sos jarzynowy 100g*(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.07 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 69.92 g; Węglowodany ogółem: 402.95 g; Sól: 13.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200 g, Sos jarzynowy 100g*(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.54 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; Sól: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 70.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Pomidorowa z ryżem b/mąki 350ml (2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukolii i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.96 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 305.06 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 66.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

sobota 2024-06-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 400ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1530.22 kcal; Białko ogółem: 55.70 g; Tłuszcz: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 265.86 g; Sól: 9.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.78 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.54 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 51.56 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Sól: 9.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.19 g; suma cukrów prostych: 89.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.02 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; Sól: 9.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 98.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g, grejfrut 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.97 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; Sól: 15.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.54 g; suma cukrów prostych: 72.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2893.91 kcal; Białko ogółem: 145.51 g; Tłuszcz: 103.89 g; Węglowodany ogółem: 341.25 g; Sól: 11.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.69 g; suma cukrów prostych: 77.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, mandarynka 2 szt.,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.59 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 370.94 g; Sól: 9.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 109.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bułka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszką 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.27 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.22 g; suma cukrów prostych: 97.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.92 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 323.49 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.68 g; suma cukrów prostych: 72.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.82 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 323.00 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.67 g; suma cukrów prostych: 72.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.92 kcal; Białko ogółem: 141.86 g; Tłuszcz: 89.67 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.67 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1963.78 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 215.30 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; suma cukrów prostych: 86.20 g; Błonnik pokarmowy: 14.18 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
Podwieczorek: Banan 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.32 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 76.67 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 130.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, poledwica sopocka 50g(1,8),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.32 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 291.84 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 56.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, poledwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.62 kcal; Białko ogółem: 127.31 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 372.04 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 101.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.25 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 69.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;

niedziela 2024-06-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemiaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.12 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 66.90 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.83 g; suma cukrów prostych: 93.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.42 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 333.36 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.13 g; suma cukrów prostych: 104.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemiaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.12 kcal; Białko ogółem: 137.55 g; Tłuszcz: 76.52 g; Węglowodany ogółem: 297.47 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemiaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2939.52 kcal; Białko ogółem: 159.30 g; Tłuszcz: 110.36 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.59 g; suma cukrów prostych: 95.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemiaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.22 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 325.17 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.77 g; suma cukrów prostych: 90.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

Dietetyk

.....