

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	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]: 2647.80 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 92.26 g; Węglowodany ogółem: 368.54 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	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]: 2671.45 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 397.97 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 101.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	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]: 2592.75 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 85.60 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	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]: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 75.30 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 388.91 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; suma cukrów prostych: 105.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.98 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 75.94 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 109.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	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]: 3043.85 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 107.77 g; Węglowodany ogółem: 401.76 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.98 g; suma cukrów prostych: 103.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1819.63 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz: 72.39 g; Węglowodany ogółem: 229.86 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 40.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.80 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1881.52 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 88.84 g; Węglowodany ogółem: 189.87 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 56.80 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1992.14 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 242.74 g; Sól: 4.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.39 g; suma cukrów prostych: 91.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), kiwi 1szt., Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.29 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 86.93 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 53.80 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	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]: 2765.79 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 86.21 g; Węglowodany ogółem: 420.14 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1965.87 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 79.32 g; Węglowodany ogółem: 235.65 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.53 g; suma cukrów prostych: 91.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.58 g;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1992.54 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; Sól: 4.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.51 g; suma cukrów prostych: 93.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.65 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 65.20 g; Węglowodany ogółem: 397.73 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.37 g; suma cukrów prostych: 100.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

poniedziałek 2024-06-24		Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.75 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 94.02 g; Węglowodany ogółem: 403.59 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 107.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

poniedziałek 2024-06-24		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, Herbata b/c 250g, rozspanka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), kiwi 1szt., Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g , Herbata b/c 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.00 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 379.70 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.14 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

poniedziałek 2024-06-24		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3185.91 kcal; Białko ogółem: 144.74 g; Tłuszcz: 122.88 g; Węglowodany ogółem: 383.17 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.26 g; suma cukrów prostych: 103.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

poniedziałek 2024-06-24		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.31 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 83.36 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; Sól: 4.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 100.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek konserwowy 100g*, pomidor 100g, roszonek 5g , Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2895.12 kcal; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 98.93 g; Węglowodany ogółem: 385.38 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.85 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; suma cukrów prostych: 99.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

wtorek 2024-06-25 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), Rzodkiew biała 100g , twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	botwinka z ziemn. b/soli 400ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.93 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 378.34 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 100.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.42 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.25 g; suma cukrów prostych: 96.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.40 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 73.99 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 70g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2953.45 kcal; Białko ogółem: 159.83 g; Tłuszcz: 94.87 g; Węglowodany ogółem: 366.20 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.83 g; suma cukrów prostych: 101.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.00 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 277.43 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 70.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1982.40 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 89.16 g; Węglowodany ogółem: 193.48 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.01 g; suma cukrów prostych: 78.99 g; Błonnik pokarmowy: 12.19 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.37 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 377.50 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 120.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt., Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 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 konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.98 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 88.85 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; Sól: 10.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.44 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.18 kcal; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 400.18 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; suma cukrów prostych: 98.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.90 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), wafle ryżowe 60g(8), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.70 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 61.75 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

wtorek 2024-06-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.38 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 378.37 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.24 g; suma cukrów prostych: 61.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-25		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.05 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 55.24 g; Węglowodany ogółem: 362.31 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.98 g; suma cukrów prostych: 99.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

wtorek 2024-06-25		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.00 kcal; Białko ogółem: 131.49 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 403.97 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; suma cukrów prostych: 137.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

wtorek 2024-06-25		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciasteczka zbożowe 25g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.18 kcal; Białko ogółem: 134.66 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 374.72 g; Sól: 11.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.45 g; suma cukrów prostych: 115.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;

wtorek 2024-06-25		
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), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 70g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3120.85 kcal; Białko ogółem: 168.33 g; Tłuszcz: 99.87 g; Węglowodany ogółem: 388.43 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.81 g; suma cukrów prostych: 123.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

wtorek 2024-06-25		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Ciasteczka zbożowe 25g (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.45 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 77.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Gołąbek 200g* (13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.93 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; Sól: 7.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.67 g; suma cukrów prostych: 89.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.58 kcal; Białko ogółem: 124.80 g; Tłuszcz: 83.23 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 109.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.93 kcal; Białko ogółem: 121.18 g; Tłuszcz: 73.40 g; Węglowodany ogółem: 375.54 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 114.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;

środa 2024-06-26 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), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.35 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 111.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.42 kcal; Białko ogółem: 126.19 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 112.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2826.18 kcal; Białko ogółem: 149.46 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 360.95 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; suma cukrów prostych: 111.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.64 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 251.92 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 69.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1867.37 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 194.65 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 72.47 g; Błonnik pokarmowy: 15.03 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopt bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.15 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.58 g; suma cukrów prostych: 111.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

środa 2024-06-26 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), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: grejfrut 150g,	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.13 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.38 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 82.25 g; Węglowodany ogółem: 360.05 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.57 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 108.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.17 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 43.49 g; Węglowodany ogółem: 413.98 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.21 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twarożek 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.78 kcal; Białko ogółem: 124.56 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.33 g; suma cukrów prostych: 109.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.60 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 76.64 g; Węglowodany ogółem: 284.85 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 92.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: grejfrut 150g,	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.38 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 69.44 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.69 g; suma cukrów prostych: 81.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2881.23 kcal; Białko ogółem: 148.31 g; Tłuszcz: 94.85 g; Węglowodany ogółem: 361.49 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 111.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2818.18 kcal; Białko ogółem: 131.26 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 390.10 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.39 g; suma cukrów prostych: 136.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.62 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 92.10 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; Sól: 8.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 85.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.17 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 325.39 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27 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*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.27 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 65.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27 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*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.17 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 78.97 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.42 g; suma cukrów prostych: 65.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.27 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 65.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszpodka 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.87 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 80.08 g; Węglowodany ogółem: 341.00 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 77.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1976.44 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 69.61 g; Węglowodany ogółem: 244.64 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.20 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(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]: 1949.22 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 218.78 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 79.15 g; Błonnik pokarmowy: 16.55 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8), Napój roślinny 330ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.87 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 378.82 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 102.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemiaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.80 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 84.12 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 68.95 g; Błonnik pokarmowy: 37.62 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemiaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.17 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 72.94 g; Węglowodany ogółem: 381.90 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 74.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.93 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 95.86 g; Węglowodany ogółem: 250.13 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.84 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemiaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1969.47 kcal; Białko ogółem: 71.84 g; Tłuszcz: 46.80 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.35 g; suma cukrów prostych: 46.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.37 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 53.00 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.76 g; suma cukrów prostych: 61.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.97 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.10 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

czwartek 2024-06-27		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Bułka kajzerka 50g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.27 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; Sól: 9.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.24 g; suma cukrów prostych: 101.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g;

czwartek 2024-06-27		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
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*, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.27 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 83.58 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; Sól: 7.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 65.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

czwartek 2024-06-27		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos jarzynowy 100g m (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g.	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.27 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.52 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 63.47 g; Węglowodany ogółem: 359.67 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 121.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, 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), roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.99 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 365.42 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.92 g; suma cukrów prostych: 117.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

piątek 2024-06-28 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, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 400ml m(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.81 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 62.62 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 98.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.37 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 377.40 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.52 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 62.79 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 98.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.69 kcal; Białko ogółem: 130.94 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 374.52 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 122.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.08 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 60.48 g; Węglowodany ogółem: 306.78 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 69.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.20 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 82.14 g; Węglowodany ogółem: 236.71 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 66.41 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.73 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 56.50 g; Węglowodany ogółem: 418.10 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 135.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rozspanka 5g , rzodkiewka 100g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 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), pomidor 100g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.46 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 329.88 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.97 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 411.26 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 120.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.73 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rozspanka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.00 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 50.66 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

piątek 2024-06-28 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozspanka 5g , rzodkiewka 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2030.30 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.28 g; suma cukrów prostych: 82.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-28		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.19 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 41.92 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.26 g; suma cukrów prostych: 117.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

piątek 2024-06-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.99 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 365.42 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.92 g; suma cukrów prostych: 117.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

piątek 2024-06-28		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), kakao 250ml(2), roszonek 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Surówka z kiszanej kapusty 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Bułka kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt. ,
II Śniadanie: Biszkoptki bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.32 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 49.60 g; Węglowodany ogółem: 386.10 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.15 g; suma cukrów prostych: 122.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

piątek 2024-06-28		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (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. , ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2895.79 kcal; Białko ogółem: 146.56 g; Tłuszcz: 93.44 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.25 g; suma cukrów prostych: 121.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

piątek 2024-06-28		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2), brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.04 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 60.25 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 111.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowy 150g m (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Masło 15g*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.50 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 96.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.95 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 338.12 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 123.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	szpinakowa z ziemn. 400ml b/soli(1,2,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.33 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 63.79 g; Węglowodany ogółem: 329.84 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 126.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza gryczana 200 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.08 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 125.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.92 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 73.78 g; Węglowodany ogółem: 328.69 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.01 g; suma cukrów prostych: 117.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.70 kcal; Białko ogółem: 134.23 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 333.66 g; Sól: 9.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 117.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.63 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; suma cukrów prostych: 78.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.41 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 90.44 g; Węglowodany ogółem: 224.90 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.96 g; suma cukrów prostych: 90.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.09 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 77.88 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.84 g; suma cukrów prostych: 121.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), gruszka 1 szt., sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.45 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 295.69 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), gruszka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.90 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 83.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, waffle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, waffle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.48 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; Sól: 4.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 106.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

sobota 2024-06-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 20g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.76 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 355.49 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.72 g; suma cukrów prostych: 106.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.18 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.67 g; suma cukrów prostych: 124.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2656.87 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 380.67 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 130.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na ml. 350 g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g, chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.52 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 312.32 g; Sól: 8.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.93 g; suma cukrów prostych: 102.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), 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, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozspanka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.10 kcal; Białko ogółem: 141.17 g; Tłuszcz: 95.75 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.98 g; suma cukrów prostych: 111.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na ml. 350 g, czarnuszka 2g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), rozspanka 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.25 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 84.78 g; Węglowodany ogółem: 319.77 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.32 g; suma cukrów prostych: 111.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), fasolka szparagowa z bułka tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2856.90 kcal; Białko ogółem: 132.59 g; Tłuszcz: 105.81 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.24 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.02 kcal; Białko ogółem: 129.58 g; Tłuszcz: 105.88 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.20 g; suma cukrów prostych: 95.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

niedziela 2024-06-30 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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.77 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 321.96 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.80 g; suma cukrów prostych: 99.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2901.02 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 109.79 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.00 g; suma cukrów prostych: 96.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.32 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 361.92 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.60 g; suma cukrów prostych: 96.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2),
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3022.82 kcal; Białko ogółem: 160.81 g; Tłuszcz: 110.58 g; Węglowodany ogółem: 348.73 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.00 g; suma cukrów prostych: 107.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.50 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 93.85 g; Węglowodany ogółem: 301.78 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.38 g; suma cukrów prostych: 82.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.47 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 85.79 g; Węglowodany ogółem: 244.69 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 94.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.80 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 79.03 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.08 g; suma cukrów prostych: 118.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

niedziela 2024-06-30 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), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pomarańcza 120g,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2627.75 kcal; Białko ogółem: 123.71 g; Tłuszcz: 98.83 g; Węglowodany ogółem: 324.91 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.05 g; suma cukrów prostych: 72.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2828.55 kcal; Białko ogółem: 133.27 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 84.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.85 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 79.59 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.08 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.37 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.66 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*		serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.22 kcal; Białko ogółem: 132.70 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 337.39 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.52 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 78.68 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.43 g; suma cukrów prostych: 109.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomarańcza 120g,		Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Bułka kajzerka 50g (1), papryka św. 100g , margaryna roślinna lactima 10g (2), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.65 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.62 g; suma cukrów prostych: 117.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;

niedziela 2024-06-30			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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3274.82 kcal; Białko ogółem: 171.32 g; Tłuszcz: 139.02 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; Sól: 8.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.41 g; suma cukrów prostych: 95.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*		ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.62 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 111.29 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.51 g; suma cukrów prostych: 65.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g;

Dietetyk

.....