

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.89 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Sól: 7.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.46 g; suma cukrów prostych: 85.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2170.90 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 105.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2224.40 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 64.11 g; Węglowodany ogółem: 330.09 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 116.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), salata zielona z jogurtem 100g (2), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2170.60 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 114.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2259.77 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 337.26 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 119.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

<b>poniedziałek 2024-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2350.10 kcal; Białko ogółem: 106.03 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 116.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,maslo 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2131.37 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 248.09 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,maslo 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*, maslo 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,maslo 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2315.55 kcal; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 108.29 g; Węglowodany ogółem: 220.63 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.28 g; suma cukrów prostych: 94.41 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.90 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.35 g; suma cukrów prostych: 95.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2077.73 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 299.13 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 70.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g* , Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2217.80 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 341.08 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 94.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g* , Kompot z owoców mroz. 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2113.00 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; suma cukrów prostych: 114.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g* , Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.87 kcal; Białko ogółem: 64.18 g; Tłuszcz: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 376.68 g; Sól: 4.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.61 g; suma cukrów prostych: 105.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-08		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*., Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1999.10 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; Sól: 7.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.03 g; suma cukrów prostych: 105.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

poniedziałek 2024-07-08		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*., Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2242.30 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 338.42 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 125.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

poniedziałek 2024-07-08		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*., salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2054.30 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; Sól: 7.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.00 g; suma cukrów prostych: 99.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

poniedziałek 2024-07-08		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*., Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2),.
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.90 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 67.86 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 114.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

poniedziałek 2024-07-08		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*., salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.90 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 322.44 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 112.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.52 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 70.56 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 92.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2521.74 kcal; Białko ogółem: 118.67 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 361.25 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 90.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	botwinka z ziemn. b/soli 400ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2792.30 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 438.96 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 94.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2719.67 kcal; Białko ogółem: 123.86 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 413.31 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.29 g; suma cukrów prostych: 89.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), roszponka 5g , serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2358.45 kcal; Białko ogółem: 114.78 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 341.64 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 76.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2586.50 kcal; Białko ogółem: 131.36 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.45 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 55.41 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.98 g; suma cukrów prostych: 76.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.32 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 90.92 g; Węglowodany ogółem: 256.35 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.71 g; suma cukrów prostych: 110.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.80 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.07 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 70.74 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; suma cukrów prostych: 92.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, surówka z kap. pekińskiej 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.10 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 325.00 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; suma cukrów prostych: 42.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2608.55 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 68.03 g; Węglowodany ogółem: 396.53 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.47 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rosółka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2068.50 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 74.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosółka 5g, czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1965.15 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 358.12 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.36 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2614.09 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 50.02 g; Węglowodany ogółem: 423.24 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.93 g; suma cukrów prostych: 91.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.49 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 66.01 g; Węglowodany ogółem: 380.16 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, surówka z kap. pekińskiej 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2535.58 kcal; Białko ogółem: 126.90 g; Tłuszcz: 64.01 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.85 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 110g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g* (2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2929.05 kcal; Białko ogółem: 162.16 g; Tłuszcz: 92.31 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.42 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

wtorek 2024-07-09 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, roszponka 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2434.05 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 90g m (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2635.55 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 96.05 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.98 g; suma cukrów prostych: 71.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g;

<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.44 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 91.32 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g;

<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2447.83 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 364.80 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;

<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.23 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 74.00 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 68.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2568.84 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 92.07 g; Węglowodany ogółem: 334.69 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.35 g; suma cukrów prostych: 65.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

<b>środa 2024-07-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3023.29 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 92.62 g; Węglowodany ogółem: 428.47 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.11 g; suma cukrów prostych: 72.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.72 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 93.71 g; Węglowodany ogółem: 219.29 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.87 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g;

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.92 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 358.87 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 101.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.27 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 88.22 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.70 g; suma cukrów prostych: 55.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.49 g;

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2980.77 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 91.36 g; Węglowodany ogółem: 458.84 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.63 g; suma cukrów prostych: 57.39 g; Błonnik pokarmowy: 47.59 g;

środa 2024-07-10		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.04 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 64.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.24 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 329.22 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; suma cukrów prostych: 59.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2318.64 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 53.96 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.06 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 87.27 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.88 g; suma cukrów prostych: 68.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Marchewka z groszkiem 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczerek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2406.52 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 56.10 g; Węglowodany ogółem: 375.70 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.53 g; suma cukrów prostych: 71.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.38 g;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), 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), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3169.29 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 108.95 g; Węglowodany ogółem: 426.22 g; Sól: 8.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.88 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2549.94 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 82.41 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

---

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, pomidor, kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2720.50 kcal; Białko ogółem: 132.24 g; Tłuszcz: 105.21 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 73.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2718.05 kcal; Białko ogółem: 138.41 g; Tłuszcz: 98.69 g; Węglowodany ogółem: 315.11 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 79.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.50 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 73.11 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.82 g; suma cukrów prostych: 97.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2856.15 kcal; Białko ogółem: 131.57 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 370.31 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 94.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2836.20 kcal; Białko ogółem: 131.57 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 89.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twarożek 70g (2), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3099.94 kcal; Białko ogółem: 164.87 g; Tłuszcz: 100.33 g; Węglowodany ogółem: 381.33 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.13 kcal; Białko ogółem: 142.71 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2482.17 kcal; Białko ogółem: 136.97 g; Tłuszcz: 113.60 g; Węglowodany ogółem: 237.04 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.42 g; suma cukrów prostych: 101.85 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.60 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 71.23 g; Węglowodany ogółem: 333.39 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 108.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tunczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2612.25 kcal; Białko ogółem: 134.61 g; Tłuszcz: 107.21 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; suma cukrów prostych: 47.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

czwartek 2024-07-11 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), polędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rosłonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2766.52 kcal; Białko ogółem: 141.28 g; Tłuszcz: 97.34 g; Węglowodany ogółem: 341.53 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rosłonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, jablko deserowe 1 szt. , miód 2szt. (50g),
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.00 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 94.16 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 104.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z rosłonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), jablko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.75 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.38 g; suma cukrów prostych: 70.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, rozspanka 5g,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Nektarynka 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.25 kcal; Białko ogółem: 138.17 g; Tłuszcz: 79.81 g; Węglowodany ogółem: 314.86 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.53 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt., ser żółty 60g (2),	
		Podwieczorek: Nektarynka 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2498.79 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 84.57 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 97.18 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2600.40 kcal; Białko ogółem: 152.11 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 303.55 g; Sól: 7.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.91 g; suma cukrów prostych: 63.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), jabłko deserowe 1 szt.,	
		Podwieczorek: Nektarynka 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3099.94 kcal; Białko ogółem: 164.87 g; Tłuszcz: 100.33 g; Węglowodany ogółem: 381.33 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 1 szt. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,		miód 2szt. (50g), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt.,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: Nektarynka 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2986.35 kcal; Białko ogółem: 142.09 g; Tłuszcz: 105.09 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.36 g; suma cukrów prostych: 94.48 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2848.80 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 108.99 g; Węglowodany ogółem: 349.66 g; Sól: 8.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.38 g; suma cukrów prostych: 87.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.26 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 60.89 g; Węglowodany ogółem: 341.45 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.36 g; suma cukrów prostych: 86.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn.400ml b/soli(1,2,3,8), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, 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 homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2235.21 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 55.78 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.07 g; suma cukrów prostych: 97.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2455.88 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 59.28 g; Węglowodany ogółem: 370.12 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.80 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 51.97 g; Węglowodany ogółem: 357.28 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 81.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.73 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2536.56 kcal; Białko ogółem: 130.01 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.93 g; suma cukrów prostych: 97.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

<b>piątek 2024-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1836.55 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 263.47 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.81 g; suma cukrów prostych: 57.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2449.65 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 115.54 g; Węglowodany ogółem: 236.32 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.12 g; suma cukrów prostych: 96.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.25 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), mus warzywno-owocowy 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2741.13 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 76.13 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.65 g; suma cukrów prostych: 129.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.98 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 58.11 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska120g.(3,11,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2438.64 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2022.35 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 316.68 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; suma cukrów prostych: 73.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

piątek 2024-07-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2119.50 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 377.10 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.18 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-12		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2183.46 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.07 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2024-07-12		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1962.78 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 77.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

piątek 2024-07-12		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2225.58 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 341.59 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.14 g; suma cukrów prostych: 70.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

piątek 2024-07-12		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Serek almette 2szt. 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g , serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2898.86 kcal; Białko ogółem: 150.42 g; Tłuszcz: 97.63 g; Węglowodany ogółem: 353.80 g; Sól: 7.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 92.21 g; suma cukrów prostych: 99.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2024-07-12		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 60g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.96 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 61.69 g; Węglowodany ogółem: 374.07 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 107.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;

## Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.35 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 98.90 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; Sól: 10.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.61 g; suma cukrów prostych: 67.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.55 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, 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),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2337.55 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 338.00 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.82 g; suma cukrów prostych: 92.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2302.63 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 68.70 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 84.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, 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),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2677.83 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; suma cukrów prostych: 97.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.64 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.60 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 319.74 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 73.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

<b>sobota 2024-07-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2091.63 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 68.25 g; Węglowodany ogółem: 285.72 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; suma cukrów prostych: 85.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.50 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 104.67 g; Węglowodany ogółem: 217.59 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.62 g; suma cukrów prostych: 112.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2285.35 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.79 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 150g , Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2051.78 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 267.95 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.40 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2298.45 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 71.15 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 52.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami b/mąki 400ml(13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2035.65 kcal; Białko ogółem: 63.78 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;

sobota 2024-07-13 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1911.10 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 327.33 g; Sól: 8.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.52 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2092.75 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 54.50 g; Węglowodany ogółem: 310.10 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.64 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

sobota 2024-07-13			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.00 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 336.91 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g;

sobota 2024-07-13			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 1 szt, makaron razowy 200g (1,3),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.43 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 75.92 g; Węglowodany ogółem: 321.95 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.57 g; suma cukrów prostych: 81.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

sobota 2024-07-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2642.20 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 96.08 g; Węglowodany ogółem: 321.54 g; Sól: 8.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 73.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;

sobota 2024-07-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2315.33 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 303.07 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 57.40 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), roszonka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.59 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 79.98 g; Węglowodany ogółem: 354.98 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.04 g; suma cukrów prostych: 103.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2547.24 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 350.09 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; suma cukrów prostych: 98.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.69 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 81.36 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.05 g; suma cukrów prostych: 98.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, indyk gotowany 80 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2560.94 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 74.38 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; suma cukrów prostych: 99.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.05 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 342.73 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.95 g; suma cukrów prostych: 76.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2731.34 kcal; Białko ogółem: 141.53 g; Tłuszcz: 84.51 g; Węglowodany ogółem: 354.50 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 102.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

<b>niedziela 2024-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1992.20 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 58.22 g; Węglowodany ogółem: 296.63 g; Sól: 1.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.04 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 249.02 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.05 g; suma cukrów prostych: 117.18 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2652.40 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 76.28 g; Węglowodany ogółem: 377.83 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 135.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.15 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 319.06 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.31 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2648.04 kcal; Białko ogółem: 126.16 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 388.65 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 99.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.07 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2031.61 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 273.35 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 81.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

niedziela 2024-07-14 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2033.65 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 307.23 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.96 g; suma cukrów prostych: 62.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2365.94 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 54.50 g; Węglowodany ogółem: 349.84 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.59 g; suma cukrów prostych: 98.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2518.49 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.14 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2610.23 kcal; Białko ogółem: 144.29 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; Sól: 8.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 98.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2962.01 kcal; Białko ogółem: 164.41 g; Tłuszcz: 104.32 g; Węglowodany ogółem: 344.17 g; Sól: 8.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.36 g; suma cukrów prostych: 97.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

niedziela 2024-07-14			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.82 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 334.17 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 86.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

Dietetyk

.....