

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.59 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 92.94 g; Węglowodany ogółem: 421.33 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.96 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g;

poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.84 kcal; Białko ogółem: 83.46 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 413.36 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.44 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 74.95 g; Węglowodany ogółem: 422.67 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 110.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.24 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 404.08 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 108.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.24 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 404.08 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 108.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

poniedziałek 2024-07-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3277.44 kcal; Białko ogółem: 139.73 g; Tłuszcz: 111.99 g; Węglowodany ogółem: 432.46 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.53 g; suma cukrów prostych: 118.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),			
		Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2166.12 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 261.36 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 65.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.69 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 124.22 g; Węglowodany ogółem: 215.04 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.23 g; suma cukrów prostych: 83.29 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.34 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 78.93 g; Węglowodany ogółem: 360.38 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 96.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Biskvoty bez cukru 30g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.69 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 73.00 g; Węglowodany ogółem: 256.82 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.95 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, Knedle z truskawkami 350g (1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.76 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 69.45 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), wafle ryżowe 60g(9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1824.20 kcal; Białko ogółem: 65.49 g; Tłuszcz: 57.91 g; Węglowodany ogółem: 270.20 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 107.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1670.45 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 275.79 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.75 g; suma cukrów prostych: 76.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.85 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 420.74 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.03 g; suma cukrów prostych: 113.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;

poniedziałek 2024-07-15		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.14 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 425.99 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 114.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

poniedziałek 2024-07-15		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., Salata 10g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.49 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 394.60 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.81 g; suma cukrów prostych: 83.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

poniedziałek 2024-07-15		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3333.64 kcal; Białko ogółem: 147.74 g; Tłuszcz: 111.65 g; Węglowodany ogółem: 432.70 g; Sól: 7.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.94 g; suma cukrów prostych: 118.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

poniedziałek 2024-07-15		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.64 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 74.95 g; Węglowodany ogółem: 413.50 g; Sól: 4.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 101.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (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), Ser topiony 50g* (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2878.55 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 121.77 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.07 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.69 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 99.12 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.65 g; suma cukrów prostych: 92.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.74 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 81.38 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; suma cukrów prostych: 69.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.77 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.18 g; suma cukrów prostych: 72.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.84 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2913.69 kcal; Białko ogółem: 141.31 g; Tłuszcz: 107.17 g; Węglowodany ogółem: 342.34 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.42 g; suma cukrów prostych: 96.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.47 kcal; Białko ogółem: 135.37 g; Tłuszcz: 85.18 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.40 g; suma cukrów prostych: 97.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.79 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 95.82 g; Węglowodany ogółem: 219.05 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 117.54 g; Błonnik pokarmowy: 11.59 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.56 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 77.04 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 126.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.86 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 93.35 g; Węglowodany ogółem: 282.24 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 55.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.99 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 96.77 g; Węglowodany ogółem: 300.34 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.19 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.25 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 70.45 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 73.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml b/ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.39 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 58.59 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.03 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.29 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 66.50 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.64 g; suma cukrów prostych: 96.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homo waniliowy 70g*(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.76 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 358.51 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 116.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.16 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 72.47 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; suma cukrów prostych: 75.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3125.09 kcal; Białko ogółem: 152.45 g; Tłuszcz: 126.22 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Sól: 8.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.23 g; suma cukrów prostych: 94.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.69 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 99.12 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.65 g; suma cukrów prostych: 92.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, 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), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.72 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 333.09 g; Sól: 8.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 81.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.87 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 77.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	tomidorowa z ryżem 400ml b/s(1,2,3,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.17 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 60.77 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; suma cukrów prostych: 84.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.46 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 49.87 g; Węglowodany ogółem: 320.04 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; suma cukrów prostych: 78.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.23 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.31 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.52 kcal; Białko ogółem: 144.11 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.15 g; suma cukrów prostych: 88.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2006.78 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 262.97 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1811.76 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 215.45 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 82.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.25 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 62.23 g; Węglowodany ogółem: 383.75 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.02 g; suma cukrów prostych: 109.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Surówka z kapusty pekińskiej 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1997.45 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 250.10 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.67 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 303.42 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Kasza kukurydziana na ml. 350 g, wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2014.72 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 58.24 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 69.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem b/mleka 400ml(1,8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1716.41 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Sól: 8.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.45 g; suma cukrów prostych: 52.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.07 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 47.52 g; Węglowodany ogółem: 333.07 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.46 g; suma cukrów prostych: 77.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.95 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.70 g; suma cukrów prostych: 98.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.85 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.09 g; suma cukrów prostych: 84.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, serek homo owocowy 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2848.57 kcal; Białko ogółem: 157.50 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 345.89 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.33 g; suma cukrów prostych: 89.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.97 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 80.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), ogórek kiszony 100g,	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.83 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 362.02 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 78.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), 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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.86 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 328.23 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 65.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.11 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; Sól: 5.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; suma cukrów prostych: 76.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.71 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 91.22 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; suma cukrów prostych: 74.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Salátka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.41 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 92.28 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 76.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Salátka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.71 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 82.56 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.37 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 91.14 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; suma cukrów prostych: 70.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2182.92 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 89.90 g; Węglowodany ogółem: 243.35 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.35 g; suma cukrów prostych: 90.04 g; Błonnik pokarmowy: 18.57 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.87 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 106.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek kiszony 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.73 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 325.53 g; Sól: 7.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 53.49 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salatką z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.07 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 77.05 g; Węglowodany ogółem: 330.58 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(9), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), Salatką z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.01 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;

czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salatką z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2102.61 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 49.34 g; Węglowodany ogółem: 310.23 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.45 g; suma cukrów prostych: 50.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.61 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.95 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

czwartek 2024-07-18		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.76 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 88.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

czwartek 2024-07-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ogórek kiszony 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , Bułka kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2166.68 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.19 g; suma cukrów prostych: 74.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

czwartek 2024-07-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 70g (2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3141.51 kcal; Białko ogółem: 170.17 g; Tłuszcz: 115.70 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; Sól: 9.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.67 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

czwartek 2024-07-18		
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), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2549.41 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 74.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), ogórek zielony 100g, kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), papryka 30g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.60 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 101.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(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 jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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), pomidor 100g, dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.26 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 65.95 g; Węglowodany ogółem: 398.48 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 137.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.81 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 138.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.33 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 396.20 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; suma cukrów prostych: 122.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), pomidor 100g, dżem 50g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.33 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 396.20 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; suma cukrów prostych: 122.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, dżem 50g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.26 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 73.29 g; Węglowodany ogółem: 413.32 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.44 g; suma cukrów prostych: 151.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) ,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.76 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 322.47 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 95.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.33 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 113.56 g; Węglowodany ogółem: 249.83 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.98 g; suma cukrów prostych: 113.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.33 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 408.74 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.01 g; suma cukrów prostych: 141.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), ogórek zielony, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), grejfrut 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.78 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 326.54 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 76.54 g; Błonnik pokarmowy: 41.99 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), papryka 30g, Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, pomidor 100g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.30 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 115.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2), pomidor 100g, dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; suma cukrów prostych: 112.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.88 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 388.63 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.44 g; suma cukrów prostych: 107.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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), pomidor 100g, dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.86 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 52.72 g; Węglowodany ogółem: 399.83 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.46 g; suma cukrów prostych: 138.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, twaróg krajanka 30g. (2),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.66 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 71.60 g; Węglowodany ogółem: 400.08 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 138.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), ogórek zielony 100g, kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z miruny parowany 100g (4,13), grejfrut 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, dżem 50g,			
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.09 kcal; Białko ogółem: 119.67 g; Tłuszcz: 58.44 g; Węglowodany ogółem: 406.76 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.80 g; suma cukrów prostych: 132.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, ser żółty 60g (2),	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3133.46 kcal; Białko ogółem: 163.80 g; Tłuszcz: 90.22 g; Węglowodany ogółem: 415.72 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.51 g; suma cukrów prostych: 153.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Koperkowa z kłuskami lanymi 350 ml (1,2,3), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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), pomidor 100g, dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.66 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 71.60 g; Węglowodany ogółem: 400.08 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 138.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), bukiet warzyw 120g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.03 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 78.70 g; Węglowodany ogółem: 296.85 g; Sól: 7.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.23 g; suma cukrów prostych: 97.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.13 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; suma cukrów prostych: 93.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.73 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 102.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ryżowa 350ml(8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.53 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 396.87 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 103.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.18 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 74.60 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 95.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2924.36 kcal; Białko ogółem: 153.39 g; Tłuszcz: 93.61 g; Węglowodany ogółem: 364.69 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 150g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.73 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węglowodany ogółem: 259.68 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 79.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.09 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.63 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 116.74 g; Węglowodany ogółem: 183.80 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.51 g; suma cukrów prostych: 114.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.18 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2)	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.13 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 407.34 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 122.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), bukiet warzyw 120g*, jabłko deserowe 1 szt , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.83 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; Sól: 10.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.93 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 362.66 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; suma cukrów prostych: 77.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.25 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1998.85 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.88 g; suma cukrów prostych: 77.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosół 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.93 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 47.35 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.36 g; suma cukrów prostych: 95.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

sobota 2024-07-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rosół 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3), ziemniaki 250g(2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.50 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 98.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

sobota 2024-07-20		
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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rosół 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw 120g*, ziemniaki 250g(2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.23 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 349.50 g; Sól: 11.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.83 g; suma cukrów prostych: 78.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

sobota 2024-07-20		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rosół 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3009.33 kcal; Białko ogółem: 167.88 g; Tłuszcz: 102.30 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; Sól: 8.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.64 g; suma cukrów prostych: 84.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

sobota 2024-07-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rosół 5g, mandarynka 2 szt.,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2699.01 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 387.03 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 114.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bułka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.92 kcal; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 101.68 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.36 g; suma cukrów prostych: 90.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.69 kcal; Białko ogółem: 123.27 g; Tłuszcz: 95.47 g; Węglowodany ogółem: 319.90 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.69 g; suma cukrów prostych: 86.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.54 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 84.69 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.06 g; suma cukrów prostych: 90.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.19 kcal; Białko ogółem: 118.25 g; Tłuszcz: 89.43 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.51 g; suma cukrów prostych: 66.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.19 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 65.83 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.19 kcal; Białko ogółem: 146.13 g; Tłuszcz: 88.30 g; Węglowodany ogółem: 322.47 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.51 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.79 kcal; Białko ogółem: 129.84 g; Tłuszcz: 92.70 g; Węglowodany ogółem: 297.64 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 95.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.03 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 92.75 g; Węglowodany ogółem: 236.42 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.74 g; suma cukrów prostych: 101.22 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g* (2), Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.00 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 74.82 g; Węglowodany ogółem: 359.78 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 124.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonekna 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.52 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 98.18 g; Węglowodany ogółem: 308.76 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.07 g; suma cukrów prostych: 68.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonekna 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.27 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 82.47 g; Węglowodany ogółem: 367.82 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 91.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonekna 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.09 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 63.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.44 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 57.34 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.99 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-21			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.39 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 321.72 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.66 g; suma cukrów prostych: 87.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

niedziela 2024-07-21			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.69 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 62.70 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 97.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

niedziela 2024-07-21			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,		Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.97 kcal; Białko ogółem: 138.93 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 84.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g;

niedziela 2024-07-21			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.79 kcal; Białko ogółem: 163.57 g; Tłuszcz: 108.99 g; Węglowodany ogółem: 324.28 g; Sól: 7.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.43 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

niedziela 2024-07-21			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.49 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.60 g; suma cukrów prostych: 84.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

Dietetyk

.....