

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1914.44 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 256.79 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 78.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.89 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 397.88 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 113.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.39 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 409.53 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 124.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.41 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 101.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.76 kcal; Białko ogółem: 79.09 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 385.97 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 117.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron ze szpinakiem i miesem drob. 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.18 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 87.13 g; Węglowodany ogółem: 361.68 g; Sól: 8.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 108.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),		Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	
				Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.79 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 250.17 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.83 g; suma cukrów prostych: 78.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),		Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	
				Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.74 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 101.33 g; Węglowodany ogółem: 219.17 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.21 g; suma cukrów prostych: 101.57 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.54 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 65.90 g; Węglowodany ogółem: 325.38 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.22 g; suma cukrów prostych: 102.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i miesem drobiowym 350g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,		Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2026.41 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 260.10 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,		Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2667.36 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 420.25 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 104.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g;

poniedziałek 2024-08-05			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.79 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 343.42 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; suma cukrów prostych: 107.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.28 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 445.00 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.05 g; suma cukrów prostych: 108.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.29 g;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.09 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 55.61 g; Węglowodany ogółem: 397.64 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.43 g; suma cukrów prostych: 112.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.29 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 419.51 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 134.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1988.21 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 68.60 g; Węglowodany ogółem: 257.91 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.08 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron ze szpinakiem i mięsem drob. 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3242.18 kcal; Białko ogółem: 159.39 g; Tłuszcz: 124.17 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; Sól: 10.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.09 g; suma cukrów prostych: 116.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.89 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 408.61 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 124.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.18 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; suma cukrów prostych: 90.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.07 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 86.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2743.68 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 415.75 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 91.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.07 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 412.13 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 87.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), roszponka 5g , serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.50 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 61.24 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.34 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek hom. naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.83 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.70 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.70 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 289.44 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.68 g; suma cukrów prostych: 75.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.22 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 90.72 g; Węglowodany ogółem: 255.86 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.60 g; suma cukrów prostych: 109.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.80 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.42 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 70.44 g; Węglowodany ogółem: 338.42 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, Surówka z kapusty pekińskiej 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.79 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 69.55 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 38.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.88 kcal; Białko ogółem: 120.35 g; Tłuszcz: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Błonnik pokarmowy: 40.56 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki 350ml*(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2027.80 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 311.60 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.11 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Grycikowa b/ml 400ml (1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250g , margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1863.78 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 332.28 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.44 g; suma cukrów prostych: 80.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.77 kcal; Białko ogółem: 122.76 g; Tłuszcz: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 411.88 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.70 g; suma cukrów prostych: 87.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.77 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 369.98 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 108.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.27 kcal; Białko ogółem: 125.69 g; Tłuszcz: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 355.11 g; Sól: 8.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.93 g; suma cukrów prostych: 77.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 110g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2860.38 kcal; Białko ogółem: 160.80 g; Tłuszcz: 89.54 g; Węglowodany ogółem: 355.95 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.37 g; suma cukrów prostych: 90.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, roszponka 5g ,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.38 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 62.23 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 79.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), leczy z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.40 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 90.54 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.40 g; suma cukrów prostych: 106.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.57 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 86.96 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 67.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.96 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 72.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.36 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 69.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.25 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 80.54 g; Węglowodany ogółem: 286.03 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 68.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.77 kcal; Białko ogółem: 130.67 g; Tłuszcz: 87.96 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; Sól: 7.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.52 g; suma cukrów prostych: 72.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuly z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.34 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.69 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 91.72 g; Węglowodany ogółem: 212.84 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.41 g; suma cukrów prostych: 73.74 g; Błonnik pokarmowy: 14.16 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.74 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 348.71 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 98.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), jabłko deserowe 1 szt., ryż brązowy 200g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.06 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 294.26 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.14 g; suma cukrów prostych: 56.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2781.62 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.32 g; suma cukrów prostych: 60.08 g; Błonnik pokarmowy: 44.01 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 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]: 2172.89 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 83.66 g; Węglowodany ogółem: 278.33 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.51 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz: 69.44 g; Węglowodany ogółem: 267.75 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; suma cukrów prostych: 55.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-08-07		
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., twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.77 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 49.59 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.65 g; suma cukrów prostych: 69.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

środa 2024-08-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.96 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

środa 2024-08-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ryż brązowy 200g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.31 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 51.88 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.13 g; suma cukrów prostych: 72.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

środa 2024-08-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.77 kcal; Białko ogółem: 132.78 g; Tłuszcz: 104.29 g; Węglowodany ogółem: 367.04 g; Sól: 9.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.30 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

środa 2024-08-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.07 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 85.39 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kalafior oprószony 120g(1), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2757.48 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 104.36 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; Sól: 7.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 71.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopočka 50g(1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.06 kcal; Białko ogółem: 137.60 g; Tłuszcz: 99.23 g; Węglowodany ogółem: 305.16 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, szpinak gotowany b/soli 100g, Udka gotowane 1szt 200g, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.79 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; suma cukrów prostych: 77.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g;

czwartek 2024-08-08 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), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka gotowane 1szt 200g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.26 kcal; Białko ogółem: 144.87 g; Tłuszcz: 95.93 g; Węglowodany ogółem: 309.31 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; suma cukrów prostych: 72.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, 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), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.24 kcal; Białko ogółem: 138.18 g; Tłuszcz: 100.07 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.55 g; suma cukrów prostych: 72.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopočka 50g(1,8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.15 kcal; Białko ogółem: 172.92 g; Tłuszcz: 103.47 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.16 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.43 kcal; Białko ogółem: 129.31 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 258.08 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.57 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 99.85 g; Węglowodany ogółem: 215.55 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.98 g; suma cukrów prostych: 88.83 g; Błonnik pokarmowy: 15.15 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.10 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 336.36 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; suma cukrów prostych: 107.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.55 kcal; Białko ogółem: 135.09 g; Tłuszcz: 108.96 g; Węglowodany ogółem: 287.64 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.00 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), połędwica sopocka 50g(1,8), papryka św. 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2824.34 kcal; Białko ogółem: 140.95 g; Tłuszcz: 99.46 g; Węglowodany ogółem: 352.37 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.17 kcal; Białko ogółem: 116.21 g; Tłuszcz: 106.44 g; Węglowodany ogółem: 234.24 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.87 g; suma cukrów prostych: 78.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g;

czwartek 2024-08-08 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., połędwica sopocka 50g(1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.46 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 62.67 g; Węglowodany ogółem: 300.93 g; Sól: 9.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.41 g; suma cukrów prostych: 58.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-08-08 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., połędwica sopocka 50g(1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.26 kcal; Białko ogółem: 137.36 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; Sól: 7.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.51 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.81 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 91.38 g; Węglowodany ogółem: 305.61 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.85 kcal; Białko ogółem: 152.31 g; Tłuszcz: 88.25 g; Węglowodany ogółem: 304.61 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 59.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3252.65 kcal; Białko ogółem: 192.09 g; Tłuszcz: 133.25 g; Węglowodany ogółem: 316.39 g; Sól: 10.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.37 g; suma cukrów prostych: 71.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), sałatka owocowa 120g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: budyń z sokiem malinowym 250ml(2),	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.67 kcal; Białko ogółem: 140.76 g; Tłuszcz: 88.74 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 99.39 g; Błonnik pokarmowy: 18.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	ogórkowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 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), Masło 15g*(2), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2897.80 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 107.23 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; Sól: 9.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.32 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.88 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 82.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.21 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 61.38 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.94 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.88 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 82.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.10 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 313.63 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 65.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.18 kcal; Białko ogółem: 139.63 g; Tłuszcz: 71.89 g; Węglowodany ogółem: 347.27 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 93.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1901.17 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.25 g; suma cukrów prostych: 53.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.65 kcal; Białko ogółem: 125.66 g; Tłuszcz: 115.06 g; Węglowodany ogółem: 219.86 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.97 g; suma cukrów prostych: 89.65 g; Błonnik pokarmowy: 15.75 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.73 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 74.98 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; suma cukrów prostych: 112.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g,(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopočka 50g(1,8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.90 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 63.34 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g,(3,11,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.46 kcal; Białko ogółem: 121.40 g; Tłuszcz: 68.20 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Błonnik pokarmowy: 40.42 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.00 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 57.86 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 61.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

piątek 2024-08-09 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 talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.60 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 359.23 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.79 g; suma cukrów prostych: 53.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-08-09			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.08 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 335.41 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.51 g; suma cukrów prostych: 81.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2024-08-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g.			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 258.21 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 66.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g;

piątek 2024-08-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g ,			
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.50 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 346.40 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.60 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

piątek 2024-08-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g.	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, polędwica sopocka 50g(1,8),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2810.48 kcal; Białko ogółem: 156.02 g; Tłuszcz: 88.28 g; Węglowodany ogółem: 346.16 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 91.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2024-08-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 60g (2), Banan 1 szt,			
II Śniadanie: galaretką 250g,	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.58 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 66.51 g; Węglowodany ogółem: 411.68 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 149.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), pieczerka rzymska 90g(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos myśliwski 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.23 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 90.47 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 70.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.45 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 315.25 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 65.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.85 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.30 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 57.30 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.10 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 86.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.55 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 67.26 g; Węglowodany ogółem: 258.24 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; suma cukrów prostych: 72.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.43 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 67.85 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.49 g; suma cukrów prostych: 84.72 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysiakowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.40 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 104.47 g; Węglowodany ogółem: 217.10 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.50 g; suma cukrów prostych: 112.13 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysiakowa 350ml*(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.70 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 311.34 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 88.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), grejfrut 150g , pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.91 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 269.33 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	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]: 1915.40 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 54.32 g; Węglowodany ogółem: 276.31 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, Marchew gotowana 100g, Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1956.10 kcal; Białko ogółem: 63.19 g; Tłuszcz: 56.17 g; Węglowodany ogółem: 308.09 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.18 g; suma cukrów prostych: 107.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g;

sobota 2024-08-10 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	jarzynowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.28 kcal; Białko ogółem: 59.02 g; Tłuszcz: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 335.78 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.50 g; suma cukrów prostych: 67.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-08-10			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1709.70 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 248.59 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.11 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

sobota 2024-08-10			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.45 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 101.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

sobota 2024-08-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), grejfrut 1 szt, Ziemniaki 200g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.31 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.16 g; suma cukrów prostych: 88.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g;

sobota 2024-08-10			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.15 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 260.04 g; Sól: 8.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 72.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g;

sobota 2024-08-10			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.78 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 72.20 g; Węglowodany ogółem: 311.00 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 60.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), roszonek 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.29 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 86.67 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; Sól: 9.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 106.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.39 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 64.15 g; Węglowodany ogółem: 359.53 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 106.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.49 kcal; Białko ogółem: 131.29 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, indyk gotowany 80 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.29 kcal; Białko ogółem: 123.94 g; Tłuszcz: 69.45 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 108.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

niedziela 2024-08-11 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), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.89 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 81.48 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.51 g; suma cukrów prostych: 85.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2699.49 kcal; Białko ogółem: 146.21 g; Tłuszcz: 74.86 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; suma cukrów prostych: 110.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1939.51 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 54.38 g; Węglowodany ogółem: 292.90 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.43 g; suma cukrów prostych: 85.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.90 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 245.53 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 115.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.00 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.26 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 374.35 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 134.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	tomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.19 kcal; Białko ogółem: 113.90 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 324.50 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.82 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	tomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.73 kcal; Białko ogółem: 131.58 g; Tłuszcz: 65.38 g; Węglowodany ogółem: 388.37 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 103.04 g; Błonnik pokarmowy: 41.57 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1873.23 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 53.18 g; Węglowodany ogółem: 267.98 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 81.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	tomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.80 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.13 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-08-11		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.29 kcal; Białko ogółem: 121.58 g; Tłuszcz: 49.57 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.03 g; suma cukrów prostych: 106.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

niedziela 2024-08-11		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.33 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 83.55 g; Węglowodany ogółem: 370.01 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.70 g; suma cukrów prostych: 99.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

niedziela 2024-08-11		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.27 kcal; Białko ogółem: 141.81 g; Tłuszcz: 51.72 g; Węglowodany ogółem: 359.45 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.71 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

niedziela 2024-08-11		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.16 kcal; Białko ogółem: 169.10 g; Tłuszcz: 94.67 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.53 g; suma cukrów prostych: 105.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

niedziela 2024-08-11		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.17 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 343.61 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 94.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

Dietetyk

.....