

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3), Surówka z kapusty pekińskiej 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2866.71 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 384.97 g; Sól: 8.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 92.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	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,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2703.21 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 383.61 g; Sól: 4.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 89.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	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,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2813.81 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 87.90 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 98.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	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,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.61 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 374.33 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 96.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	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,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.61 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 374.33 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 96.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3364.81 kcal; Białko ogółem: 161.63 g; Tłuszcz: 124.94 g; Węglowodany ogółem: 402.71 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.10 g; suma cukrów prostych: 106.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, kopytka 250g (1,2,3), Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),			
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2255.02 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 91.02 g; Węglowodany ogółem: 274.28 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kopytka 250g (1,2,3), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.69 kcal; Białko ogółem: 123.42 g; Tłuszcz: 125.95 g; Węglowodany ogółem: 228.45 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.63 g; suma cukrów prostych: 83.59 g; Błonnik pokarmowy: 12.26 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),			
<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.69 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 96.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Biskvoty bez cukru 30g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2277.39 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 73.84 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), kopytka 250g (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.13 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.33 g; suma cukrów prostych: 54.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), wafle ryżowe 60g(9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2187.96 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 96.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

poniedziałek 2024-08-12			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2157.54 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 358.98 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.01 g; suma cukrów prostych: 79.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-12		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2549.21 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 60.49 g; Węglowodany ogółem: 390.99 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.60 g; suma cukrów prostych: 101.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;

poniedziałek 2024-08-12		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2850.51 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 90.79 g; Węglowodany ogółem: 396.24 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 102.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;

poniedziałek 2024-08-12		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, rozszponka 5g, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., Surówka z kapusty pekińskiej 120g, kopytka 250g (1,2,3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2483.69 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 368.84 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.07 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

poniedziałek 2024-08-12		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3421.01 kcal; Białko ogółem: 169.64 g; Tłuszcz: 124.60 g; Węglowodany ogółem: 402.95 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.51 g; suma cukrów prostych: 106.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

poniedziałek 2024-08-12		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	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,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2727.01 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 87.90 g; Węglowodany ogółem: 383.75 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 89.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki, sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Ziemniaki 200g*, kapusta biała zasmażana 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), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3049.52 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 134.35 g; Węglowodany ogółem: 343.98 g; Sól: 8.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.74 g; suma cukrów prostych: 89.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.97 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 104.50 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.51 g; suma cukrów prostych: 82.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2418.02 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.18 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2387.05 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 83.24 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.10 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 295.92 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 62.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2888.97 kcal; Białko ogółem: 136.45 g; Tłuszcz: 112.55 g; Węglowodany ogółem: 328.72 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.28 g; suma cukrów prostych: 86.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

<b>wtorek 2024-08-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.78 kcal; Białko ogółem: 134.68 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 281.21 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 86.61 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.20 kcal; Białko ogółem: 126.95 g; Tłuszcz: 96.81 g; Węglowodany ogółem: 205.64 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.20 g; suma cukrów prostych: 107.35 g; Błonnik pokarmowy: 10.77 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 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),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2576.42 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 345.35 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; suma cukrów prostych: 115.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.17 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 97.15 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.84 g; suma cukrów prostych: 44.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.47 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz: 102.19 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 58.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2310.11 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 324.39 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml b/ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2252.65 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 62.19 g; Węglowodany ogółem: 331.89 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.82 g; suma cukrów prostych: 49.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2424.57 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 71.88 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.50 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homo waniliowy 70g*(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2626.67 kcal; Białko ogółem: 125.42 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 106.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2447.47 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 323.89 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.20 g; suma cukrów prostych: 64.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3100.37 kcal; Białko ogółem: 147.59 g; Tłuszcz: 131.60 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Sól: 7.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.08 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.97 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 104.50 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.51 g; suma cukrów prostych: 82.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.49 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 90.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2176.30 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 318.69 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; suma cukrów prostych: 73.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2407.30 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 370.50 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 82.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 120 g, 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, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1993.04 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 52.31 g; Węglowodany ogółem: 279.39 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2054.66 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 83.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (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, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.20 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 376.04 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 87.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>środa 2024-08-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1996.58 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.17 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1806.66 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 214.96 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 82.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2312.31 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 51.80 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 108.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rosłonka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1878.01 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 73.54 g; Węglowodany ogółem: 234.85 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 46.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , rosłonka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1964.10 kcal; Białko ogółem: 80.38 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 288.79 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g , rosłonka 5g , Kasza kukurydziana na ml. 350 g, wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2007.07 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 57.94 g; Węglowodany ogółem: 280.31 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.54 g; suma cukrów prostych: 68.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosłonka 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rosłonka 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2011.78 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.11 g; suma cukrów prostych: 55.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, czarnuszka 2g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1995.50 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.80 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2290.75 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 71.59 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 88.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek konserwowy 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2287.41 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.23 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, serek homo owocowy 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (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, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2682.00 kcal; Białko ogółem: 139.99 g; Tłuszcz: 89.51 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; Sól: 8.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.67 g; suma cukrów prostych: 84.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2202.50 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 75.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka talarki 100g,	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2495.22 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), 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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.54 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2443.79 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 68.45 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 82.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2478.39 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.37 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.09 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.31 g; suma cukrów prostych: 82.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.39 kcal; Białko ogółem: 132.36 g; Tłuszcz: 68.33 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 83.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

<b>czwartek 2024-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.39 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 306.00 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.13 g; suma cukrów prostych: 75.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2237.04 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 90.11 g; Węglowodany ogółem: 248.14 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.44 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 360.52 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 111.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.86 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 49.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2234.26 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węglowodany ogółem: 322.34 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(9), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2199.69 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 79.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1985.29 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.10 g; suma cukrów prostych: 55.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2251.29 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 47.62 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.59 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g*(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.09 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 351.65 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 95.67 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), szynka piastowska 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g , Bułka kajzerka 50g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2173.81 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.79 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 70g (2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3024.19 kcal; Białko ogółem: 174.10 g; Tłuszcz: 101.47 g; Węglowodany ogółem: 350.42 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.31 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2432.09 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 346.63 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 80.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), papryka św. 100g, kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g*, papryka 30g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.45 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.06 g; suma cukrów prostych: 99.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.83 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 388.82 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 121.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.03 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 366.80 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; suma cukrów prostych: 123.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2371.60 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 353.95 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 86.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.90 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 371.45 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 103.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2671.83 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 403.66 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 135.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

<b>piątek 2024-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2630.13 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 100.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2457.23 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 113.36 g; Węglowodany ogółem: 249.34 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 112.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2562.68 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 80.43 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.59 g; suma cukrów prostych: 111.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), papryka św. 100g , pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Nektarynka 1szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2187.75 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 65.18 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.22 g; suma cukrów prostych: 65.72 g; Błonnik pokarmowy: 41.15 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), papryka 30g, Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2385.52 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 62.20 g; Węglowodany ogółem: 386.25 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 129.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2103.40 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 52.37 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;		
<b>piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy dieta 100ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1946.09 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.40 g; suma cukrów prostych: 89.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-08-16			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2333.43 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 45.98 g; Węglowodany ogółem: 390.17 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.70 g; suma cukrów prostych: 122.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

piątek 2024-08-16			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.23 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 390.42 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; suma cukrów prostych: 122.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

piątek 2024-08-16			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), papryka św. 100g , kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Nektarynka 1szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2421.66 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 51.66 g; Węglowodany ogółem: 386.06 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.19 g; suma cukrów prostych: 104.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.92 g;

piątek 2024-08-16			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, ser żółty 60g (2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2984.03 kcal; Białko ogółem: 151.42 g; Tłuszcz: 83.47 g; Węglowodany ogółem: 406.06 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.75 g; suma cukrów prostych: 138.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

piątek 2024-08-16			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.23 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 390.42 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; suma cukrów prostych: 122.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2918.58 kcal; Białko ogółem: 132.55 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 409.94 g; Sól: 10.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 126.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2573.96 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 62.72 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; Sól: 8.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 123.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2688.56 kcal; Białko ogółem: 129.11 g; Tłuszcz: 71.96 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 132.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ryżowa 350ml(8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2157.97 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 283.14 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 113.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Ryżowa 350ml(8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2477.02 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; suma cukrów prostych: 110.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2925.31 kcal; Białko ogółem: 166.27 g; Tłuszcz: 83.96 g; Węglowodany ogółem: 372.97 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.14 g; suma cukrów prostych: 119.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

<b>sobota 2024-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,



## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2045.13 kcal; Białko ogółem: 121.41 g; Tłuszcz: 85.28 g; Węglowodany ogółem: 204.60 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 90.38 g; Błonnik pokarmowy: 13.07 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), brokuly z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2231.75 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 113.60 g; Węglowodany ogółem: 187.01 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.50 g; suma cukrów prostych: 124.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.47 g;

sobota 2024-08-17 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), Płatki owsiane na mleku 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2223.57 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 64.96 g; Węglowodany ogółem: 296.71 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 133.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, grejfrut 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g(1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2171.74 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; Sól: 11.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2541.76 kcal; Białko ogółem: 130.91 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.20 g; suma cukrów prostych: 107.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2026.80 kcal; Białko ogółem: 69.83 g; Tłuszcz: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; suma cukrów prostych: 77.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2057.10 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.61 g; suma cukrów prostych: 89.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-08-17		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2422.76 kcal; Białko ogółem: 129.27 g; Tłuszcz: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 377.19 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.08 g; suma cukrów prostych: 125.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-08-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.46 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 310.14 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.34 g; suma cukrów prostych: 120.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

sobota 2024-08-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), grejfrut 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2559.31 kcal; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 365.67 g; Sól: 13.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.79 g; suma cukrów prostych: 107.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g;

sobota 2024-08-17		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g, ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3096.16 kcal; Białko ogółem: 183.01 g; Tłuszcz: 97.70 g; Węglowodany ogółem: 368.04 g; Sól: 9.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.36 g; suma cukrów prostych: 114.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-08-17		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, mandarynka 2 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2622.96 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 67.64 g; Węglowodany ogółem: 386.91 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 129.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bulka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

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

<b>niedziela 2024-08-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysiakowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskvoty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

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

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2158.04 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 63.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegręt 120g*. Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1997.14 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 279.57 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.10 g; suma cukrów prostych: 49.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-08-18			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,	

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

niedziela 2024-08-18			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,	

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

niedziela 2024-08-18			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,		Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g ,	

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

niedziela 2024-08-18			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

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

niedziela 2024-08-18			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

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

## Dietetyk

.....