

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.15 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 96.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g;

poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.87 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 102.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.37 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 368.65 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 113.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.98 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 74.38 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 99.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;

poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.13 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 67.56 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 112.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

poniedziałek 2024-09-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2743.07 kcal; Białko ogółem: 137.61 g; Tłuszcz: 78.39 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.51 g; suma cukrów prostych: 114.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-02		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.37 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.46 g; Węglowodany ogółem: 257.67 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

poniedziałek 2024-09-02		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.75 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 109.26 g; Węglowodany ogółem: 231.18 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.14 g; suma cukrów prostych: 96.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.02 g;

poniedziałek 2024-09-02		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.15 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 69.68 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

poniedziałek 2024-09-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g (1,2), surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 150g ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2054.82 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 71.41 g; Węglowodany ogółem: 258.33 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.44 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;

poniedziałek 2024-09-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2629.77 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 383.88 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.95 g; suma cukrów prostych: 97.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g;

poniedziałek 2024-09-02		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, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.60 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 95.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.53 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 47.61 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.70 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.07 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 56.22 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.26 g; suma cukrów prostych: 102.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g(2), rukola 5g, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.27 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 123.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1770.35 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 50.46 g; Węglowodany ogółem: 241.57 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.16 g; suma cukrów prostych: 62.22 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g;

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.15 kcal; Białko ogółem: 145.56 g; Tłuszcz: 108.09 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Sól: 8.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.67 g; suma cukrów prostych: 102.86 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;

poniedziałek 2024-09-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.87 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.29 g; suma cukrów prostych: 113.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	pieczarkowa z makaronem 350ml*(1,2,3,8), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.22 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.39 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 68.44 g; Węglowodany ogółem: 369.34 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 91.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.45 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 62.78 g; Węglowodany ogółem: 423.61 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 99.14 g; Błonnik pokarmowy: 39.18 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2798.39 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 430.84 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 92.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), roszponka 5g , serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.75 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 356.71 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 79.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek hom. naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.15 kcal; Białko ogółem: 129.27 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 359.31 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.02 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 57.42 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.22 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.84 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 106.74 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.28 g; suma cukrów prostych: 114.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.74 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuz 150g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.71 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 40.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2624.20 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.48 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2039.55 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 51.39 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.14 g; suma cukrów prostych: 83.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

wtorek 2024-09-03 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1930.33 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; Sól: 6.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.39 g; suma cukrów prostych: 90.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-03		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.09 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 49.37 g; Węglowodany ogółem: 430.60 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.21 g; suma cukrów prostych: 92.66 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g;

wtorek 2024-09-03		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.09 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 388.69 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

wtorek 2024-09-03		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbus 150g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.79 kcal; Białko ogółem: 125.25 g; Tłuszcz: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.34 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

wtorek 2024-09-03		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 110g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2944.70 kcal; Białko ogółem: 160.07 g; Tłuszcz: 91.96 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych: 95.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

wtorek 2024-09-03		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.70 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 64.65 g; Węglowodany ogółem: 361.70 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 84.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), lecco z papryki i cukinii z kiełbasą 300g (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: grejfrut 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.01 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; Sól: 7.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 78.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.81 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 82.22 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; suma cukrów prostych: 75.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.18 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 79.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.76 kcal; Białko ogółem: 99.46 g; Tłuszcz: 73.84 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 76.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.66 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 298.43 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.01 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 371.20 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.76 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 92.41 g; Węglowodany ogółem: 223.49 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.42 g; suma cukrów prostych: 81.45 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.96 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 73.21 g; Węglowodany ogółem: 363.07 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; suma cukrów prostych: 105.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), jabłko deserowe 1 szt. , ryż brązowy 200g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.57 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 83.07 g; Węglowodany ogółem: 286.75 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 58.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.48 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 388.26 g; Sól: 7.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Błonnik pokarmowy: 40.15 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homogen. naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.89 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 83.66 g; Węglowodany ogółem: 278.33 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

środa 2024-09-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1976.21 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 62.24 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.73 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-04		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.01 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.10 g; suma cukrów prostych: 77.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.36 g;

środa 2024-09-04		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, 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 homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.04 kcal; Białko ogółem: 78.88 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; suma cukrów prostych: 87.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

środa 2024-09-04		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ryż brązowy 200g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.32 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 50.96 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.59 g; suma cukrów prostych: 74.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

środa 2024-09-04		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3133.01 kcal; Białko ogółem: 138.59 g; Tłuszcz: 121.11 g; Węglowodany ogółem: 370.13 g; Sól: 9.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.12 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;

środa 2024-09-04		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż gotowany 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.31 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz: 80.65 g; Węglowodany ogółem: 305.10 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.63 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.48 kcal; Białko ogółem: 138.05 g; Tłuszcz: 107.33 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.12 g; suma cukrów prostych: 78.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2825.59 kcal; Białko ogółem: 139.72 g; Tłuszcz: 100.09 g; Węglowodany ogółem: 344.98 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 102.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.09 kcal; Białko ogółem: 136.39 g; Tłuszcz: 86.25 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; suma cukrów prostych: 108.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Udko gotowane 1szt 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.00 kcal; Białko ogółem: 138.34 g; Tłuszcz: 89.71 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 107.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2919.04 kcal; Białko ogółem: 146.57 g; Tłuszcz: 108.22 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.32 g; suma cukrów prostych: 100.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3059.57 kcal; Białko ogółem: 180.29 g; Tłuszcz: 101.68 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.27 g; suma cukrów prostych: 107.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.38 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 74.73 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 77.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.52 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 101.04 g; Węglowodany ogółem: 233.15 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; suma cukrów prostych: 101.64 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.20 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 109.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

czwartek 2024-09-05 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 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Udko gotowane 1szt 200g, sliwki 150g,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.12 kcal; Białko ogółem: 135.54 g; Tłuszcz: 107.38 g; Węglowodany ogółem: 298.48 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.81 g; suma cukrów prostych: 50.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2998.59 kcal; Białko ogółem: 142.25 g; Tłuszcz: 109.07 g; Węglowodany ogółem: 380.74 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 97.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.96 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Udko gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.80 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 91.32 g; Węglowodany ogółem: 270.21 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.79 g; suma cukrów prostych: 110.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g;

czwartek 2024-09-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z rozspką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.68 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 327.05 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.90 g; suma cukrów prostych: 80.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-05			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., szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.79 kcal; Białko ogółem: 139.47 g; Tłuszcz: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 344.74 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.23 g; suma cukrów prostych: 102.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

czwartek 2024-09-05			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.44 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 91.74 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.49 g; suma cukrów prostych: 104.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

czwartek 2024-09-05			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g, śliwki 150g,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.37 kcal; Białko ogółem: 155.02 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.48 g; suma cukrów prostych: 68.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

czwartek 2024-09-05			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3271.97 kcal; Białko ogółem: 191.33 g; Tłuszcz: 120.73 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.08 g; suma cukrów prostych: 106.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

czwartek 2024-09-05			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielonolona z jogurtem (2) 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2814.69 kcal; Białko ogółem: 154.03 g; Tłuszcz: 92.85 g; Węglowodany ogółem: 342.52 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.97 g; suma cukrów prostych: 102.60 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, 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), Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g, roszponka 5g
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2665.73 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.12 g; suma cukrów prostych: 82.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.33 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 329.95 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 78.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.31 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 61.28 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.33 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.55 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.63 kcal; Białko ogółem: 136.72 g; Tłuszcz: 71.59 g; Węglowodany ogółem: 341.57 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

piątek 2024-09-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.37 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 59.71 g; Węglowodany ogółem: 250.27 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.88 g; suma cukrów prostych: 49.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, brokuly z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.55 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 114.86 g; Węglowodany ogółem: 219.37 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.85 g; suma cukrów prostych: 89.16 g; Błonnik pokarmowy: 15.75 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.08 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 74.78 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.13 g; suma cukrów prostych: 111.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI	
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twaróg krajanka 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoszwinia 1szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.07 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 60.11 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 49.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,	
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.98 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 372.53 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.70 g; suma cukrów prostych: 66.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	Ryżowa 350ml*(8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,	
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1864.66 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 280.47 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 58.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g ,	
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.81 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 348.59 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.38 g; suma cukrów prostych: 49.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

piątek 2024-09-06		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III	
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,	
	Podwieczorek: brzoszwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.53 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 46.76 g; Węglowodany ogółem: 329.70 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.41 g; suma cukrów prostych: 77.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-06		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.60 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 252.99 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g;

piątek 2024-09-06		
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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, brzoskwinia 1szt,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.02 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 347.03 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.41 g; suma cukrów prostych: 63.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g;

piątek 2024-09-06		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.93 kcal; Białko ogółem: 153.11 g; Tłuszcz: 87.98 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.47 g; suma cukrów prostych: 87.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

piątek 2024-09-06		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 60g (2), Banan 1 szt,
II Śniadanie: galaretki 250g,	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.03 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 405.72 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 145.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	kalafiorowa z grysiakiem 350ml (1,2,3,13), pieczeń rzymska 90g(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), Sos myśliwski 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.52 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 86.97 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; Sól: 10.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 74.70 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.70 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 63.75 g; Węglowodany ogółem: 321.58 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 59.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.70 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 59.55 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.15 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 58.48 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.45 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 64.17 g; Węglowodany ogółem: 339.70 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.80 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 69.99 g; Węglowodany ogółem: 264.57 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.27 g; suma cukrów prostych: 67.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.58 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 73.02 g; Węglowodany ogółem: 311.79 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.45 g; suma cukrów prostych: 84.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.75 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 109.84 g; Węglowodany ogółem: 236.17 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.45 g; suma cukrów prostych: 107.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g;

sobota 2024-09-07 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 jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.55 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 69.32 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.79 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;

sobota 2024-09-07 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 35g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), gruszka 1 szt., pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.68 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 270.10 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2008.65 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 57.06 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.86 g; suma cukrów prostych: 46.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, Szpinak gotowany 120g(2), Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2088.07 kcal; Białko ogółem: 67.62 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; suma cukrów prostych: 103.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

sobota 2024-09-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	jarzynowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkiem b/c 300g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1853.88 kcal; Białko ogółem: 61.53 g; Tłuszcz: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.51 g; suma cukrów prostych: 63.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-07			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g ,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1802.95 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 40.41 g; Węglowodany ogółem: 254.93 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.59 g; suma cukrów prostych: 58.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g;

sobota 2024-09-07			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.30 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 103.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;

sobota 2024-09-07			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), gruszka 1 szt., Ziemniaki 200g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.68 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; Tłuszcz: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.96 g; suma cukrów prostych: 76.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

sobota 2024-09-07			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.00 kcal; Białko ogółem: 131.81 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 278.91 g; Sól: 8.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 75.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;

sobota 2024-09-07			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.63 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 74.80 g; Węglowodany ogółem: 329.87 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 63.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.78 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 88.21 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; Sól: 9.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 104.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.10 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.89 g; suma cukrów prostych: 110.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), 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, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.90 kcal; Białko ogółem: 126.13 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 310.73 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 104.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, indyk gotowany 80 g, 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, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.70 kcal; Białko ogółem: 118.78 g; Tłuszcz: 72.53 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 105.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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, rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.81 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 327.04 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.67 g; suma cukrów prostych: 82.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, 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), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.20 kcal; Białko ogółem: 140.28 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.27 g; suma cukrów prostych: 114.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1847.00 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Sól: 1.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; suma cukrów prostych: 84.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.79 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 102.13 g; Węglowodany ogółem: 224.63 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.44 g; suma cukrów prostych: 116.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.61 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.05 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 358.20 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 139.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* ,sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (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 kiszony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.25 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 327.79 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 69.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g* (2), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g* , sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.21 kcal; Białko ogółem: 125.62 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 99.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* , buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g* , wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.88 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 270.34 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 79.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

niedziela 2024-09-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g* , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.21 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 317.14 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.19 g; suma cukrów prostych: 70.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-08		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.00 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 55.17 g; Węglowodany ogółem: 340.86 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.83 g; suma cukrów prostych: 110.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

niedziela 2024-09-08		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.25 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 83.19 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.86 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

niedziela 2024-09-08		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.08 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 62.78 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; Sól: 9.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.37 g; suma cukrów prostych: 102.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

niedziela 2024-09-08		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.95 kcal; Białko ogółem: 163.31 g; Tłuszcz: 98.72 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.38 g; suma cukrów prostych: 110.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

niedziela 2024-09-08		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.96 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 99.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Dietetyk

.....