

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3), Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2540.08 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 85.68 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 62.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2537.21 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 84.48 g; Węglowodany ogółem: 346.43 g; Sól: 4.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 62.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2647.81 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 87.42 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.38 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2540.61 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 69.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2540.61 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 69.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

<b>poniedziałek 2024-09-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3198.81 kcal; Białko ogółem: 157.80 g; Tłuszcz: 124.46 g; Węglowodany ogółem: 365.53 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 79.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, kopytka 250g (1,2,3), Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2226.62 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 90.90 g; Węglowodany ogółem: 270.54 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 66.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.71 g;

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kopytka 250g (1,2,3), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.29 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 125.83 g; Węglowodany ogółem: 224.71 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.61 g; suma cukrów prostych: 84.89 g; Błonnik pokarmowy: 12.51 g;

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),	
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.69 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 78.15 g; Węglowodany ogółem: 322.46 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;

poniedziałek 2024-09-09		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), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2273.21 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 78.32 g; Węglowodany ogółem: 320.11 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 49.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g;

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), kopytka 250g (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2390.73 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 82.28 g; Węglowodany ogółem: 332.37 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), wafle ryżowe 60g(9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2021.96 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 75.33 g; Węglowodany ogółem: 263.43 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 69.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2019.94 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 325.54 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.79 g; suma cukrów prostych: 51.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.61 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 357.55 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.38 g; suma cukrów prostych: 73.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g;

poniedziałek 2024-09-09		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozspanka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2533.17 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 357.87 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.81 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

poniedziałek 2024-09-09		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, rozspanka 5g, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2466.86 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 69.23 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.32 g; suma cukrów prostych: 68.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

poniedziałek 2024-09-09		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozspanka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3255.01 kcal; Białko ogółem: 165.81 g; Tłuszcz: 124.12 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.27 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

poniedziałek 2024-09-09		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2561.01 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 87.42 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; Sól: 4.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki, sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, 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), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3022.61 kcal; Białko ogółem: 129.99 g; Tłuszcz: 117.98 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.81 g; suma cukrów prostych: 99.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2731.26 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 106.15 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.25 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony w sosie własnym 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2442.31 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 88.41 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.93 g; suma cukrów prostych: 64.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2357.50 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 300.51 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.88 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, 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 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2378.30 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 76.44 g; Węglowodany ogółem: 308.49 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 70.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2913.26 kcal; Białko ogółem: 130.21 g; Tłuszcz: 114.20 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.03 g; suma cukrów prostych: 92.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

<b>wtorek 2024-09-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.77 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 347.76 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 118.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2357.07 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 96.54 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2495.76 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 103.84 g; Węglowodany ogółem: 296.68 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.80 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2340.36 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 306.95 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.60 g; suma cukrów prostych: 64.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.22 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 70.53 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; Sól: 8.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.06 g; suma cukrów prostych: 53.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-10			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.86 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.25 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

wtorek 2024-09-10			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2577.41 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 105.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;

wtorek 2024-09-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2499.72 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.62 g; suma cukrów prostych: 77.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

wtorek 2024-09-10			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3124.66 kcal; Białko ogółem: 141.35 g; Tłuszcz: 133.25 g; Węglowodany ogółem: 336.86 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.83 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

wtorek 2024-09-10			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2731.26 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 106.15 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.25 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.76 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 339.40 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 78.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.80 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 73.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2327.00 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 344.06 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 82.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2190.84 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 52.19 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.29 g; suma cukrów prostych: 79.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2251.46 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 56.67 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2518.90 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 86.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

<b>środa 2024-09-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g, brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

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

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

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

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1930.76 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 61.96 g; Węglowodany ogółem: 309.45 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 56.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. owocowy 60g (2), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1911.07 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 288.23 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.83 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1931.48 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.73 g; suma cukrów prostych: 55.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-11			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2112.00 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 44.68 g; Węglowodany ogółem: 339.10 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.38 g; suma cukrów prostych: 73.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

środa 2024-09-11			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2210.45 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.48 g; suma cukrów prostych: 87.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

środa 2024-09-11			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek konserwowy 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2327.51 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 56.83 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.15 g; suma cukrów prostych: 82.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

środa 2024-09-11			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),			
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2994.90 kcal; Białko ogółem: 160.79 g; Tłuszcz: 102.01 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g; Sól: 8.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.77 g; suma cukrów prostych: 92.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

środa 2024-09-11			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> brzoskwinia 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.00 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 341.91 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 76.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka talarki 100g,	ogórkowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> śliwki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.52 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 75.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, 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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.09 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 359.37 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.39 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2506.69 kcal; Białko ogółem: 117.41 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 367.88 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g; suma cukrów prostych: 105.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.39 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2626.99 kcal; Białko ogółem: 136.89 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 370.71 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 106.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

<b>czwartek 2024-09-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.26 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 68.84 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 51.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g;

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.56 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 104.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(9), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane b/mąki 100g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2272.13 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 63.44 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; Sól: 4.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 105.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

czwartek 2024-09-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2058.89 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 336.46 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.70 g; suma cukrów prostych: 79.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-12			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.89 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 44.38 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.20 g; suma cukrów prostych: 104.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

czwartek 2024-09-12			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g*(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.09 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 380.50 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; suma cukrów prostych: 119.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;

czwartek 2024-09-12			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g, Bułka kajzerka 50g (1),			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2222.21 kcal; Białko ogółem: 118.33 g; Tłuszcz: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.83 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;

czwartek 2024-09-12			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 70g (2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3097.79 kcal; Białko ogółem: 178.63 g; Tłuszcz: 98.23 g; Węglowodany ogółem: 371.97 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.92 g; suma cukrów prostych: 106.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

czwartek 2024-09-12			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.69 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g; suma cukrów prostych: 104.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 100g , kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2657.97 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 84.61 g; Węglowodany ogółem: 374.41 g; Sól: 7.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 101.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2441.62 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 380.24 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 115.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 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), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.82 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 117.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 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), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2362.06 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2399.36 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczerek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.02 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 383.88 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.66 g; suma cukrów prostych: 117.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

<b>piątek 2024-09-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2630.13 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 100.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2457.23 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 113.36 g; Węglowodany ogółem: 249.34 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 112.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.18 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 80.29 g; Węglowodany ogółem: 365.10 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 107.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), papryka św. 100g , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Nektarynka 1szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2088.06 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 55.88 g; Węglowodany ogółem: 319.28 g; Sól: 4.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.97 g; suma cukrów prostych: 61.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 200g (2), papryka 30g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2362.82 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; Sól: 4.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 125.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2093.86 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 51.84 g; Węglowodany ogółem: 334.72 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g;

piątek 2024-09-13 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy dieta 100ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1936.55 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 356.83 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.33 g; suma cukrów prostych: 85.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.22 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.63 g; suma cukrów prostych: 116.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.02 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 381.84 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 116.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 100g , kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Nektarynka 1szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.32 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 377.97 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.93 g; suma cukrów prostych: 99.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2974.82 kcal; Białko ogółem: 156.52 g; Tłuszcz: 83.01 g; Węglowodany ogółem: 397.48 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.68 g; suma cukrów prostych: 131.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.02 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 381.84 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 116.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2567.67 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 385.11 g; Sól: 10.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; suma cukrów prostych: 133.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2250.36 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 119.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2364.96 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 342.62 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; suma cukrów prostych: 128.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata 10g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2316.57 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 111.31 g; Błonnik pokarmowy: 17.94 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salata z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.91 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 328.50 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.58 g; suma cukrów prostych: 107.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2601.71 kcal; Białko ogółem: 131.18 g; Tłuszcz: 81.74 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.17 g; suma cukrów prostych: 116.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2241.63 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 229.44 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 91.40 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;

sobota 2024-09-14		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2428.25 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 123.77 g; Węglowodany ogółem: 211.85 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.05 g; suma cukrów prostych: 125.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

sobota 2024-09-14		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2381.17 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.87 g; suma cukrów prostych: 130.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.58 g;

sobota 2024-09-14		
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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, grejfrut 150g , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ryż brązowy 200g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 69.08 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; Sól: 11.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.35 g; suma cukrów prostych: 70.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

sobota 2024-09-14		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.81 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 58.66 g; Węglowodany ogółem: 340.03 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g; suma cukrów prostych: 103.81 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g;

sobota 2024-09-14		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1933.28 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 274.10 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 81.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g;

sobota 2024-09-14		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1678.88 kcal; Białko ogółem: 53.17 g; Tłuszcz: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 305.92 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.64 g; suma cukrów prostych: 93.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2099.16 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.11 g; suma cukrów prostych: 121.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2293.56 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 130.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, grejfrut 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2241.03 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 329.51 g; Sól: 13.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.68 g; suma cukrów prostych: 106.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g, ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2772.56 kcal; Białko ogółem: 147.92 g; Tłuszcz: 95.48 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; Sól: 8.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.38 g; suma cukrów prostych: 111.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, mandarynka 2 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.36 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 125.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bułka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.05 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Tłuszcz: 96.69 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; Sól: 7.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.86 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2638.85 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 94.92 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 90.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2495.35 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; suma cukrów prostych: 95.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2577.35 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 88.88 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.00 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filec z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.35 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 65.28 g; Węglowodany ogółem: 333.21 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; suma cukrów prostych: 70.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2728.35 kcal; Białko ogółem: 144.93 g; Tłuszcz: 87.75 g; Węglowodany ogółem: 331.95 g; Sól: 7.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.00 g; suma cukrów prostych: 92.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml*(8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2474.59 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 92.30 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.90 g; suma cukrów prostych: 94.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2219.93 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 92.55 g; Węglowodany ogółem: 235.93 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 100.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2513.35 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; suma cukrów prostych: 123.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonekna 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2477.65 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 67.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonekna 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2635.75 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 370.06 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.51 g; suma cukrów prostych: 90.10 g; Błonnik pokarmowy: 40.76 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonekna 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2175.20 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; suma cukrów prostych: 67.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*. Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1989.49 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 278.83 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.92 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-15		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.55 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 64.98 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.15 g; suma cukrów prostych: 91.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

niedziela 2024-09-15		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.50 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 103.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

niedziela 2024-09-15		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2513.45 kcal; Białko ogółem: 137.95 g; Tłuszcz: 72.08 g; Węglowodany ogółem: 328.32 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.31 g;

niedziela 2024-09-15		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2965.95 kcal; Białko ogółem: 162.37 g; Tłuszcz: 108.44 g; Węglowodany ogółem: 333.76 g; Sól: 7.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.91 g; suma cukrów prostych: 92.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

niedziela 2024-09-15		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2525.65 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 80.78 g; Węglowodany ogółem: 335.37 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; suma cukrów prostych: 88.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g;

## Dietetyk

.....