

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , kajzerka50g(1), chleb pszenn-żytni35g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.82 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 76.09 g; Węglowodany ogółem: 392.67 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 89.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g;

poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.61 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 368.50 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.01 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 76.65 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.81 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 77.82 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.79 g; suma cukrów prostych: 78.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.66 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

poniedziałek 2024-09-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.61 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 79.05 g; Węglowodany ogółem: 373.05 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 79.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.13 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 251.69 g; Sól: 3.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.00 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 238.60 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 104.16 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g;

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1838.74 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 78.27 g; Węglowodany ogółem: 212.22 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.59 g; suma cukrów prostych: 64.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto 300g*(13), brzoskwinia 1szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sos pieczarkowy 100ml m(1,2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.90 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 50.22 g;

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.92 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 75.32 g; Węglowodany ogółem: 432.88 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 85.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g;

poniedziałek 2024-09-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Risotto dieta 250g* (13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1806.30 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 230.91 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), filet pieczony z indyka 40g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1878.29 kcal; Białko ogółem: 72.01 g; Tłuszcz: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 342.34 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.59 g; suma cukrów prostych: 67.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

poniedziałek 2024-09-16		
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), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.81 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.51 g; suma cukrów prostych: 76.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

poniedziałek 2024-09-16		
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 homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.91 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.86 g; suma cukrów prostych: 81.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata b/c 250g, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), brzoskwinia 1szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Herbata b/c 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.13 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 57.96 g; Węglowodany ogółem: 394.94 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.67 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3085.27 kcal; Białko ogółem: 165.07 g; Tłuszcz: 114.58 g; Węglowodany ogółem: 364.01 g; Sól: 6.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.02 g; suma cukrów prostych: 88.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: brzoskwinia 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.47 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Sól: 4.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 75.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g, czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek konserwowy 100g*, pomidor 100g, roszonek 5g , Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.36 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 83.46 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.04 g; suma cukrów prostych: 109.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.64 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 378.74 g; Sól: 7.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 125.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2667.66 kcal; Białko ogółem: 126.25 g; Tłuszcz: 69.72 g; Węglowodany ogółem: 386.47 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 120.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.56 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 383.37 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 119.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.26 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 364.24 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 98.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 70g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.24 kcal; Białko ogółem: 160.31 g; Tłuszcz: 84.83 g; Węglowodany ogółem: 382.39 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 127.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.70 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 79.82 g; Węglowodany ogółem: 300.80 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.60 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 99.38 g; Węglowodany ogółem: 230.46 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.01 g; suma cukrów prostych: 108.53 g; Błonnik pokarmowy: 12.88 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.08 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 364.35 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.82 g; suma cukrów prostych: 128.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.84 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 36.62 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.44 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 64.40 g; Węglowodany ogółem: 419.20 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 124.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g, czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.59 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węglowodany ogółem: 338.87 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.20 g; suma cukrów prostych: 92.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Rzodkiew biała 100g , filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g, czarnuszka 2g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.72 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 397.95 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.74 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-17			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,		pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.84 kcal; Białko ogółem: 121.21 g; Tłuszcz: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 378.50 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.22 g; suma cukrów prostych: 125.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

wtorek 2024-09-17			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), Rzodkiew biała 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,		pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Makaron z serem 350g* (1,2,3),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g,	
				Posiłek nocny: Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.36 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 389.78 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 139.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;

wtorek 2024-09-17			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g, czarnuszka 2g,		pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.44 kcal; Białko ogółem: 132.98 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Sól: 8.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.28 g; suma cukrów prostych: 108.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;

wtorek 2024-09-17			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), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g, czarnuszka 2g,		pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3115.64 kcal; Białko ogółem: 168.81 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.04 g; suma cukrów prostych: 149.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

wtorek 2024-09-17			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, czarnuszka 2g,		pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.24 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.90 g; suma cukrów prostych: 103.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.01 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 108.95 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.74 g; suma cukrów prostych: 96.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.09 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 93.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.69 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 305.71 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 95.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.08 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 65.15 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.08 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 65.15 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.69 kcal; Białko ogółem: 129.70 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.58 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), Masło 15g*(2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.45 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 88.21 g; Węglowodany ogółem: 242.59 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 99.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemiaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.67 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; Tłuszcz: 107.76 g; Węglowodany ogółem: 246.39 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.40 g; suma cukrów prostych: 112.00 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopt bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.09 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 68.15 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.51 g; suma cukrów prostych: 98.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g;

środa 2024-09-18 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), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.21 kcal; Białko ogółem: 82.63 g; Tłuszcz: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 296.23 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.07 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.66 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 84.60 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 95.60 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, wafle ryżowe 60g(9),	ziemiaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(9), Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.10 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 71.74 g; Węglowodany ogółem: 337.69 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 92.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemiaczana b/ml 400ml (1,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2088.15 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.73 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twarożek 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.29 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.95 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

środa 2024-09-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.99 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 114.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

środa 2024-09-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt ,	Herbata z cukrem 250ml*, Bułka kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.81 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; suma cukrów prostych: 99.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g;

środa 2024-09-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.54 kcal; Białko ogółem: 148.41 g; Tłuszcz: 111.38 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.30 g; suma cukrów prostych: 96.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g;

środa 2024-09-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.69 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 83.10 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 120.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), sałatka z ogórka,rukoli, pestek dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2870.35 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 108.12 g; Węglowodany ogółem: 363.66 g; Sól: 9.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.17 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 80.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.27 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 90.07 g; Węglowodany ogółem: 357.42 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.90 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2565.57 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 83.98 g; Węglowodany ogółem: 355.11 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; suma cukrów prostych: 81.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.27 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 357.42 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.36 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.27 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 92.02 g; Węglowodany ogółem: 357.67 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.68 g; suma cukrów prostych: 84.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.34 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 70.41 g; Węglowodany ogółem: 263.27 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.74 g; suma cukrów prostych: 67.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.77 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 79.65 g; Węglowodany ogółem: 238.15 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.46 g; suma cukrów prostych: 90.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.70 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8), Napój roślinny 330ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2672.42 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 398.19 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 112.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), sałatka z ogórka,rukoli, pestek dyni 100g*, polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.48 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 88.23 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 59.25 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), surówka z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.37 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 401.79 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 88.94 g; Błonnik pokarmowy: 42.74 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	selerowa z ziemniakami b/mąki 400ml, schab gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.11 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 74.78 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

czwartek 2024-09-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), polędwica sopocka 50g(1,8),	selerowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1879.13 kcal; Białko ogółem: 58.33 g; Tłuszcz: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.23 g; Sól: 10.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.73 g; suma cukrów prostych: 69.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.37 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 61.43 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.64 g; suma cukrów prostych: 80.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.07 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 93.25 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), sałatka z ogórka, rukoli, pestek dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Bułka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, pomarańcza 1 szt, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Bułka kajzerka 50g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2706.38 kcal; Białko ogółem: 125.82 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 378.30 g; Sól: 9.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.17 g; suma cukrów prostych: 101.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3146.57 kcal; Białko ogółem: 159.46 g; Tłuszcz: 117.01 g; Węglowodany ogółem: 363.16 g; Sól: 8.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.03 g; suma cukrów prostych: 88.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2665.27 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 381.78 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 103.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g*, papryka 30g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Nektarynka 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.07 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 60.33 g; Węglowodany ogółem: 373.63 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 111.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.88 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 115.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, sos koperkowy b/soli 100ml(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),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.86 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 62.77 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.34 g; suma cukrów prostych: 124.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), 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), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.02 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 386.97 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 97.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.27 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 374.80 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 110.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.08 kcal; Białko ogółem: 133.81 g; Tłuszcz: 74.98 g; Węglowodany ogółem: 394.10 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 128.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.53 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 332.43 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 87.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.85 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 263.35 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.26 g; suma cukrów prostych: 85.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.78 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 55.72 g; Węglowodany ogółem: 419.32 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 137.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, arbus 150g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.29 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 74.19 g; Węglowodany ogółem: 321.52 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozszponka 5g , Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.35 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 69.61 g; Węglowodany ogółem: 433.35 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 130.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.80 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rozszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, wafle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.20 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz: 51.54 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.93 g; suma cukrów prostych: 98.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;

piątek 2024-09-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: arbus 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2020.25 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.08 g; suma cukrów prostych: 82.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-20		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.08 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.87 g; suma cukrów prostych: 114.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

piątek 2024-09-20		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.88 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 115.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

piątek 2024-09-20		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kakao 250ml(2), roszponka 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), arbuz 150g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Bułka kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.95 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 61.49 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.97 g; suma cukrów prostych: 117.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

piątek 2024-09-20		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2997.88 kcal; Białko ogółem: 153.90 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.85 g; suma cukrów prostych: 116.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

piątek 2024-09-20		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), brokuły z wody 120 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.93 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 63.89 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 105.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g,	Masło 15g*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.27 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 371.69 g; Sól: 9.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 108.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.66 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 351.32 g; Sól: 10.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; suma cukrów prostych: 98.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.66 kcal; Białko ogółem: 118.93 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 346.54 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.13 g; suma cukrów prostych: 97.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.12 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; Sól: 8.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200 g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.22 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 72.32 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Sól: 8.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 95.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.41 kcal; Białko ogółem: 148.90 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 346.86 g; Sól: 11.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.38 g; suma cukrów prostych: 92.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.29 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 97.39 g; Węglowodany ogółem: 303.95 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.64 g; suma cukrów prostych: 83.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.42 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 119.37 g; Węglowodany ogółem: 254.23 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.71 g; suma cukrów prostych: 111.18 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.69 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 360.82 g; Sól: 9.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 100.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, gruszka 1 szt., mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.60 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; Sól: 11.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.97 g; suma cukrów prostych: 63.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), gruszka 1 szt., Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.61 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 373.54 g; Sól: 9.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, waffle ryżowe 60g(9), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, waffle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.99 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 77.03 g; Węglowodany ogółem: 302.87 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 72.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

sobota 2024-09-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200 g, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 20g(9), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.92 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 373.13 g; Sól: 10.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.46 g; suma cukrów prostych: 74.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-21			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Twarożek z koperkiem - 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.86 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 351.07 g; Sól: 10.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.32 g; suma cukrów prostych: 97.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

sobota 2024-09-21			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.86 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 111.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

sobota 2024-09-21			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, mizeria z jogurtem 120g (2), gruszka 1 szt., Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1),			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.67 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; Sól: 11.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.39 g; suma cukrów prostych: 102.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

sobota 2024-09-21			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Rzodkiew biała 100g , Twaróg 100g (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Banan 1 szt, Szpinak gotowany 120g(2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2896.81 kcal; Białko ogółem: 157.24 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; Sól: 11.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.59 g; suma cukrów prostych: 110.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;

sobota 2024-09-21			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), czarnuszka 2g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200 g, Szpinak gotowany 120g(2), mandarynka 1 szt., Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.66 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; Sól: 11.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2912.50 kcal; Białko ogółem: 136.91 g; Tłuszcz: 107.09 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.62 g; suma cukrów prostych: 90.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.99 kcal; Białko ogółem: 129.36 g; Tłuszcz: 113.28 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.05 g; suma cukrów prostych: 91.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.39 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 96.61 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.83 g; suma cukrów prostych: 96.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2937.99 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 117.19 g; Węglowodany ogółem: 352.02 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.85 g; suma cukrów prostych: 91.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.87 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 352.91 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.41 g; suma cukrów prostych: 92.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2),
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3059.79 kcal; Białko ogółem: 160.59 g; Tłuszcz: 117.98 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.85 g; suma cukrów prostych: 103.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.37 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 101.87 g; Węglowodany ogółem: 315.13 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 93.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.19 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 108.14 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.53 g; suma cukrów prostych: 120.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.15 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 78.73 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 117.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.64 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 107.66 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.32 g; suma cukrów prostych: 80.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.90 kcal; Białko ogółem: 132.86 g; Tłuszcz: 103.30 g; Węglowodany ogółem: 356.88 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.29 g; suma cukrów prostych: 82.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., wafle ryżowe 60g(9), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.20 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 72.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.34 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.51 g; suma cukrów prostych: 55.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-22			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.19 kcal; Białko ogółem: 132.47 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 92.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

niedziela 2024-09-22			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.14 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 86.38 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.46 g; suma cukrów prostych: 105.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

niedziela 2024-09-22			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Bułka kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,		Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Bułka kajzerka 50g (1), papryka św. 100g , margaryna roślinna lactima 10g (2), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.54 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.89 g; suma cukrów prostych: 125.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

niedziela 2024-09-22			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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3311.79 kcal; Białko ogółem: 171.10 g; Tłuszcz: 146.42 g; Węglowodany ogółem: 328.81 g; Sól: 8.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.27 g; suma cukrów prostych: 91.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

niedziela 2024-09-22			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.59 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 118.69 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.36 g; suma cukrów prostych: 59.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

Dietetyk

.....