

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g,	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.35 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 387.33 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 83.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

poniedziałek 2024-09-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.94 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 76.21 g; Węglowodany ogółem: 418.53 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 111.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

poniedziałek 2024-09-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.54 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 82.26 g; Węglowodany ogółem: 420.83 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 113.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

poniedziałek 2024-09-23 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), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2882.34 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 463.39 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 112.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

poniedziałek 2024-09-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.96 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 285.59 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; suma cukrów prostych: 95.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g;

poniedziałek 2024-09-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.54 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 86.26 g; Węglowodany ogółem: 421.58 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; suma cukrów prostych: 113.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.33 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 99.87 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.90 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.08 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 102.46 g; Węglowodany ogółem: 236.70 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.33 g; suma cukrów prostych: 94.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.52 g;

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.36 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 82.46 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 105.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, rozszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.06 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 80.09 g; Węglowodany ogółem: 350.74 g; Sól: 9.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 62.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g;

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rozszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2681.19 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 74.99 g; Węglowodany ogółem: 425.75 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.85 g;

poniedziałek 2024-09-23		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rozszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Brokułowa z ziemn. b/mąki400ml (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.14 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 86.32 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 99.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-23			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Brokułowa z ziemn. b/mąki 400ml (8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782.35 kcal; Białko ogółem: 63.15 g; Tłuszcz: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 562.13 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.51 g; suma cukrów prostych: 133.66 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g;

poniedziałek 2024-09-23			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 piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.14 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 56.33 g; Węglowodany ogółem: 418.29 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.18 g; suma cukrów prostych: 110.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

poniedziałek 2024-09-23			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), twarożek 70g (2), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.54 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 414.03 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 107.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

poniedziałek 2024-09-23			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, śliwki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.24 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 399.89 g; Sól: 9.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.35 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

poniedziałek 2024-09-23			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, twarożek 70g (2), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3226.54 kcal; Białko ogółem: 141.09 g; Tłuszcz: 107.41 g; Węglowodany ogółem: 422.23 g; Sól: 8.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.87 g; suma cukrów prostych: 113.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

poniedziałek 2024-09-23			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), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.54 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 420.48 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 113.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.47 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; Sól: 9.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 94.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.66 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Sól: 8.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 86.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.06 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 341.45 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 96.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

wtorek 2024-09-24 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 krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.73 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 66.07 g; Węglowodany ogółem: 358.33 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 88.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.96 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 366.04 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 90.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.26 kcal; Białko ogółem: 141.39 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; Sól: 9.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 95.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.35 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 100.17 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.41 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.28 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węglowodany ogółem: 239.53 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.63 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Błonnik pokarmowy: 16.97 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.37 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 365.69 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.20 g; suma cukrów prostych: 108.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

wtorek 2024-09-24 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), ogórek konserwowy 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.65 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; Sól: 10.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.60 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 67.92 g; Węglowodany ogółem: 358.23 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-mąki 350ml(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiety warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.20 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 57.44 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 94.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

wtorek 2024-09-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiety warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.90 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 423.93 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.36 g; suma cukrów prostych: 69.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-24		
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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.86 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 356.27 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.73 g; suma cukrów prostych: 86.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;

wtorek 2024-09-24		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.38 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; Sól: 7.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 107.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

wtorek 2024-09-24		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.65 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 389.08 g; Sól: 12.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.34 g; suma cukrów prostych: 116.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

wtorek 2024-09-24		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Pasta rybna 70 g(2,4), roszponka 5g , ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3212.82 kcal; Białko ogółem: 186.61 g; Tłuszcz: 108.27 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; Sól: 10.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.03 g; suma cukrów prostych: 105.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;

wtorek 2024-09-24		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.01 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Sól: 8.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 84.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.14 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 71.77 g; Węglowodany ogółem: 355.28 g; Sól: 7.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 114.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.58 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 369.20 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 131.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*,	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.13 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 367.65 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; suma cukrów prostych: 143.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.92 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 131.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.40 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 395.00 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 116.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.18 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 77.26 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 140.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 5g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.90 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; suma cukrów prostych: 86.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.50 kcal; Białko ogółem: 128.57 g; Tłuszcz: 103.91 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.45 g; suma cukrów prostych: 128.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), mus warzywno-owocowy 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2786.22 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 77.00 g; Węglowodany ogółem: 413.08 g; Sól: 6.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 136.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Ziemniaki 200g*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.63 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 75.88 g; Węglowodany ogółem: 372.49 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Błonnik pokarmowy: 44.27 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.38 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 71.49 g; Węglowodany ogółem: 391.46 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 112.38 g; Błonnik pokarmowy: 42.56 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	koperkowa z ziemniak. b/mąki400ml (2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Risotto dieta 300g* (13) , Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.68 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 270.14 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 117.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

środa 2024-09-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*, szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jablko deserowe 1 szt. , miód 1 szt. (25g), roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.03 kcal; Białko ogółem: 61.44 g; Tłuszcz: 41.85 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.48 g; suma cukrów prostych: 105.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-25			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rozszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.78 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.49 g; suma cukrów prostych: 131.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

środa 2024-09-25			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.50 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 66.64 g; Węglowodany ogółem: 391.83 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.77 g; suma cukrów prostych: 144.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g;

środa 2024-09-25			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, szynka konserwowa 50g (8), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, gruszka 1 szt.,		Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.93 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 63.58 g; Węglowodany ogółem: 335.27 g; Sól: 9.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.69 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

środa 2024-09-25			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rozszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3158.38 kcal; Białko ogółem: 162.57 g; Tłuszcz: 109.71 g; Węglowodany ogółem: 383.76 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.88 g; suma cukrów prostych: 144.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

środa 2024-09-25			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałata z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,		kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rozszponka 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.28 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 67.51 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 118.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, roszponka 5g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.35 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 355.32 g; Sól: 9.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 90.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), roszponka 5g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.81 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 335.73 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

czwartek 2024-09-26 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 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.01 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 77.00 g; Węglowodany ogółem: 315.94 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 94.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;

czwartek 2024-09-26 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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.55 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 311.59 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 84.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
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 g (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.80 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 307.72 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.75 g; suma cukrów prostych: 83.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.81 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 340.28 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 94.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.09 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 93.77 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 82.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.04 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 104.99 g; Węglowodany ogółem: 239.80 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.67 g; suma cukrów prostych: 107.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.41 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 121.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.34 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 69.32 g; Węglowodany ogółem: 333.40 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 49.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.73 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.56 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 90.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, twaróg krajanka 70g (2),.
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.76 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz: 67.70 g; Węglowodany ogółem: 311.04 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 88.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

czwartek 2024-09-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	tomatowa z makar. 400ml/ml (1,3,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250g*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.70 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Sól: 9.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.20 g; suma cukrów prostych: 69.10 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-26		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.01 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 49.67 g; Węglowodany ogółem: 335.48 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.66 g; suma cukrów prostych: 90.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

czwartek 2024-09-26		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.21 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 93.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

czwartek 2024-09-26		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), papryka św. 100g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.31 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 49.01 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; Sól: 9.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.65 g; suma cukrów prostych: 96.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;

czwartek 2024-09-26		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3268.81 kcal; Białko ogółem: 183.97 g; Tłuszcz: 107.48 g; Węglowodany ogółem: 390.54 g; Sól: 10.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.61 g; suma cukrów prostych: 105.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

czwartek 2024-09-26		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.41 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.09 g; suma cukrów prostych: 103.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2998.71 kcal; Białko ogółem: 110.99 g; Tłuszcz: 108.23 g; Węglowodany ogółem: 400.52 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; suma cukrów prostych: 130.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2680.31 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 83.34 g; Węglowodany ogółem: 376.78 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.09 g; suma cukrów prostych: 124.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, 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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.91 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; suma cukrów prostych: 124.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	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 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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.46 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 358.13 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 106.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.33 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 358.70 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 106.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, 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), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3029.91 kcal; Białko ogółem: 133.68 g; Tłuszcz: 107.66 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; Sól: 7.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 94.29 g; suma cukrów prostych: 129.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.11 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.59 g; suma cukrów prostych: 91.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.13 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 117.46 g; Węglowodany ogółem: 244.76 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.56 g; suma cukrów prostych: 114.71 g; Błonnik pokarmowy: 13.15 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.73 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 80.13 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.86 g; suma cukrów prostych: 101.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z roszponki,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.37 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 104.27 g; Węglowodany ogółem: 338.63 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.61 g; suma cukrów prostych: 62.30 g; Błonnik pokarmowy: 37.51 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2750.91 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 73.54 g; Węglowodany ogółem: 421.76 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 123.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), twaróg krajanka 30g. (2),	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.80 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 350.58 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.21 g; suma cukrów prostych: 115.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

piątek 2024-09-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.53 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 52.66 g; Węglowodany ogółem: 415.33 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.44 g; suma cukrów prostych: 96.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-27		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.31 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 380.70 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.23 g; suma cukrów prostych: 124.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;

piątek 2024-09-27		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Szpinakowa z ziemniakami 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 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, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.11 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 381.30 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; suma cukrów prostych: 124.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;

piątek 2024-09-27		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rozszponki, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kakao 250ml(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, śliwki 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.71 kcal; Białko ogółem: 134.70 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

piątek 2024-09-27		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3421.31 kcal; Białko ogółem: 162.81 g; Tłuszcz: 140.69 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 106.16 g; suma cukrów prostych: 118.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;

piątek 2024-09-27		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.71 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 83.36 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 124.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g, salatką z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.32 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 373.26 g; Sól: 9.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.26 g; suma cukrów prostych: 106.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.53 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 377.80 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 107.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2823.31 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 410.17 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 110.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

sobota 2024-09-28 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), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.77 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 104.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.67 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 83.90 g; Węglowodany ogółem: 371.89 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.43 g; suma cukrów prostych: 105.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g*(2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), rukola 5g, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.38 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 368.02 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 97.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.21 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 80.07 g; Węglowodany ogółem: 312.62 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 104.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*(1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.26 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 98.14 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.78 g; suma cukrów prostych: 131.74 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.36 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 326.67 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 97.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.75 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 332.08 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 51.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.98 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 375.17 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Błonnik pokarmowy: 40.01 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.60 kcal; Białko ogółem: 80.09 g; Tłuszcz: 57.47 g; Węglowodany ogółem: 323.33 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.19 g; suma cukrów prostych: 77.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

sobota 2024-09-28 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.47 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.54 g; suma cukrów prostych: 92.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-28		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna light 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna light 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.03 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 50.68 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.19 g; suma cukrów prostych: 109.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

sobota 2024-09-28		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.16 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 372.89 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.76 g; suma cukrów prostych: 108.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

sobota 2024-09-28		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.45 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 54.61 g; Węglowodany ogółem: 360.22 g; Sól: 8.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.91 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

sobota 2024-09-28		
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), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), grejfrut 1/2 szt , buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2815.98 kcal; Białko ogółem: 139.55 g; Tłuszcz: 91.70 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; suma cukrów prostych: 92.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;

sobota 2024-09-28		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), mandarynka 1 szt., buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.03 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; suma cukrów prostych: 100.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, roszponka 5g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.00 kcal; Białko ogółem: 131.11 g; Tłuszcz: 94.40 g; Węglowodany ogółem: 329.75 g; Sól: 8.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 99.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.87 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 97.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

niedziela 2024-09-29 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 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.27 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 66.72 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 103.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

niedziela 2024-09-29 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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.67 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.43 g; suma cukrów prostych: 99.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.67 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 100.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.07 kcal; Białko ogółem: 138.86 g; Tłuszcz: 67.50 g; Węglowodany ogółem: 314.60 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; suma cukrów prostych: 99.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.54 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 89.86 g; Węglowodany ogółem: 278.61 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.75 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 99.88 g; Węglowodany ogółem: 233.05 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.41 g; suma cukrów prostych: 128.37 g; Błonnik pokarmowy: 16.14 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.45 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 283.46 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.73 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; Sól: 8.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 62.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;

niedziela 2024-09-29 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), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g , pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 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), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2104.27 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 62.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.27 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 81.95 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.59 g; suma cukrów prostych: 83.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

niedziela 2024-09-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.61 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.25 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-29			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,		twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.27 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.45 g; suma cukrów prostych: 97.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

niedziela 2024-09-29			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.15 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 408.54 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; suma cukrów prostych: 136.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g;

niedziela 2024-09-29			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, roszonek 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ogórek konserwowy 120g, Masło 15g*(2), rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.68 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.45 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

niedziela 2024-09-29			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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130, 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, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.47 kcal; Białko ogółem: 150.73 g; Tłuszcz: 96.64 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.06 g; suma cukrów prostych: 100.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

niedziela 2024-09-29			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.97 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; suma cukrów prostych: 94.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

Dietetyk

.....