

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.09 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 85.73 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.16 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2584.04 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 76.43 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 98.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2637.54 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 391.12 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.60 g; suma cukrów prostych: 109.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.15 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 73.05 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 106.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.95 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 105.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), 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), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2763.24 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 79.72 g; Węglowodany ogółem: 391.23 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 110.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2320.27 kcal; Białko ogółem: 117.55 g; Tłuszcz: 80.37 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2514.65 kcal; Białko ogółem: 121.96 g; Tłuszcz: 110.17 g; Węglowodany ogółem: 267.70 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.34 g; suma cukrów prostych: 106.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2519.55 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 366.15 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 107.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1941.64 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; suma cukrów prostych: 44.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2571.64 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 75.16 g; Węglowodany ogółem: 388.30 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g;

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus,tuńczykiem,rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.34 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 334.38 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 102.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozszponka 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.20 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 359.60 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.33 g; suma cukrów prostych: 86.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g;

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2412.24 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 57.55 g; Węglowodany ogółem: 379.22 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.15 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozszponka 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2677.44 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 401.10 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.60 g; suma cukrów prostych: 119.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rozszponka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, rozszponka 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.54 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 59.13 g; Węglowodany ogółem: 335.91 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.38 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g* (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3314.24 kcal; Białko ogółem: 162.23 g; Tłuszcz: 116.76 g; Węglowodany ogółem: 401.02 g; Sól: 9.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.89 g; suma cukrów prostych: 118.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;

poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2603.05 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 390.20 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 109.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

---

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2576.67 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 375.39 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 114.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), sos brokułowy 100ml(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.94 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 100.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.60 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 369.46 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 111.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszponka 5g .	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 354.25 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 99.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2432.25 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 92.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek homogeny 70g. (2).
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2615.65 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 94.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2041.64 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 285.53 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.67 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.96 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 107.72 g; Węglowodany ogółem: 258.08 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.68 g; suma cukrów prostych: 117.02 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2445.36 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; suma cukrów prostych: 101.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.23 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 63.33 g; Błonnik pokarmowy: 42.43 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2637.70 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 72.98 g; Węglowodany ogółem: 398.20 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 99.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.64 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2136.55 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 329.85 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.52 g; suma cukrów prostych: 93.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;

wtorek 2024-10-01 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.16 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.73 g; suma cukrów prostych: 101.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2615.64 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 54.66 g; Węglowodany ogółem: 419.19 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.07 g; suma cukrów prostych: 101.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;

wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2600.06 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 373.33 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 121.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2578.06 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 66.77 g; Węglowodany ogółem: 376.53 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.55 g; suma cukrów prostych: 99.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g;

wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*, Ser żółty 50g(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 110g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3117.20 kcal; Białko ogółem: 170.54 g; Tłuszcz: 108.71 g; Węglowodany ogółem: 368.30 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.59 g; suma cukrów prostych: 109.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

wtorek 2024-10-01		
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), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2463.20 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 355.28 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 97.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g
	<b>Podwieczorek:</b> śliwki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2478.01 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 87.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.89 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; suma cukrów prostych: 80.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2436.26 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2476.06 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 83.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.96 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 81.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , 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, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2874.09 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 415.68 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 86.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g;

<b>środa 2024-10-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2406.24 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 71.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2123.66 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 92.41 g; Węglowodany ogółem: 233.47 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.42 g; suma cukrów prostych: 91.43 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 73.21 g; Węglowodany ogółem: 373.05 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; suma cukrów prostych: 115.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, śliwki 150g, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2308.41 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 72.34 g; Węglowodany ogółem: 334.29 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 61.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2815.96 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 76.32 g; Węglowodany ogółem: 440.41 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 72.43 g; Błonnik pokarmowy: 42.36 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homogen. naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2371.19 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 83.46 g; Węglowodany ogółem: 325.90 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.46 g; suma cukrów prostych: 69.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

środa 2024-10-02 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2174.51 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; Sól: 7.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.69 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2177.09 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 351.30 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.91 g; suma cukrów prostych: 82.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

środa 2024-10-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2250.34 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 325.66 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 93.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

środa 2024-10-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2245.96 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; Sól: 7.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.77 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

środa 2024-10-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), 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, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3281.09 kcal; Białko ogółem: 147.79 g; Tłuszcz: 113.97 g; Węglowodany ogółem: 414.61 g; Sól: 9.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.94 g; suma cukrów prostych: 83.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;

środa 2024-10-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 73.51 g; Węglowodany ogółem: 349.58 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 80.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2991.43 kcal; Białko ogółem: 136.11 g; Tłuszcz: 108.47 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 117.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2919.44 kcal; Białko ogółem: 140.03 g; Tłuszcz: 104.82 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 113.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2657.94 kcal; Białko ogółem: 137.99 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 347.47 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.65 g; suma cukrów prostych: 121.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2936.14 kcal; Białko ogółem: 149.00 g; Tłuszcz: 100.67 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g; suma cukrów prostych: 118.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2912.64 kcal; Białko ogółem: 147.10 g; Tłuszcz: 99.32 g; Węglowodany ogółem: 361.32 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.91 g; suma cukrów prostych: 113.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3155.53 kcal; Białko ogółem: 175.35 g; Tłuszcz: 109.06 g; Węglowodany ogółem: 373.18 g; Sól: 8.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.92 g; suma cukrów prostych: 119.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

<b>czwartek 2024-10-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.28 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 74.73 g; Węglowodany ogółem: 285.66 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 87.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.42 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 101.04 g; Węglowodany ogółem: 243.13 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; suma cukrów prostych: 111.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2501.10 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 119.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2685.23 kcal; Białko ogółem: 136.11 g; Tłuszcz: 106.97 g; Węglowodany ogółem: 309.53 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.49 g; suma cukrów prostych: 56.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2980.54 kcal; Białko ogółem: 143.86 g; Tłuszcz: 104.39 g; Węglowodany ogółem: 385.79 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.48 g; suma cukrów prostych: 100.00 g; Błonnik pokarmowy: 38.86 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2519.65 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 102.32 g; Węglowodany ogółem: 285.23 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.50 g; suma cukrów prostych: 122.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

czwartek 2024-10-03 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryż.b/mąki b/ml400ml (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2412.21 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 69.01 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; Sól: 9.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.05 g; suma cukrów prostych: 99.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-03		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2747.64 kcal; Białko ogółem: 139.79 g; Tłuszcz: 85.94 g; Węglowodany ogółem: 357.91 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.26 g; suma cukrów prostych: 113.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

czwartek 2024-10-03		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2701.69 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 96.12 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 113.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

czwartek 2024-10-03		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2782.48 kcal; Białko ogółem: 156.39 g; Tłuszcz: 87.90 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; suma cukrów prostych: 93.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

czwartek 2024-10-03		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3429.68 kcal; Białko ogółem: 194.48 g; Tłuszcz: 133.76 g; Węglowodany ogółem: 365.99 g; Sól: 10.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.75 g; suma cukrów prostych: 114.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

czwartek 2024-10-03		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2869.20 kcal; Białko ogółem: 155.20 g; Tłuszcz: 92.69 g; Węglowodany ogółem: 356.40 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.67 g; suma cukrów prostych: 114.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z mięta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g , roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2630.79 kcal; Białko ogółem: 123.44 g; Tłuszcz: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.17 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2333.36 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 97.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki b/soli 200g m, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.34 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 100.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2334.36 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 98.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2),	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,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2217.58 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 301.01 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 81.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2514.66 kcal; Białko ogółem: 136.32 g; Tłuszcz: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 108.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

<b>piątek 2024-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g.
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1817.40 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 59.05 g; Węglowodany ogółem: 239.74 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.48 g; suma cukrów prostych: 64.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2291.15 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 112.29 g; Węglowodany ogółem: 202.58 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.32 g; suma cukrów prostych: 101.75 g; Błonnik pokarmowy: 14.04 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.11 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 340.66 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 125.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.23 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 57.62 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; suma cukrów prostych: 60.30 g; Błonnik pokarmowy: 41.58 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.31 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 76.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2038.92 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 63.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

piątek 2024-10-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	tomatowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2119.08 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.35 g; suma cukrów prostych: 69.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g(4,13), Sos koperkowy 100g(1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2161.56 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.05 g; suma cukrów prostych: 97.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g(1,2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1937.63 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 246.32 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; suma cukrów prostych: 82.80 g; Błonnik pokarmowy: 19.70 g;

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g(1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g(2), kakao bez cukru 250ml(2), chleb razowy 30g(1 kromka) (1), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g(1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z mięta 120g, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g(2), papryka św. 100g, szynka piastowska 50g(8), rosłonka 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Biskopki bez cukru 30g(1,3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2196.18 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 332.46 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.44 g; suma cukrów prostych: 74.13 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, serek homo owocowy 70g(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g(1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g*(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2723.96 kcal; Białko ogółem: 152.71 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.11 g; suma cukrów prostych: 106.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

piątek 2024-10-04		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. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g(4,13), Sos koperkowy 100g(1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 60g(2), Banan 1 szt,
<b>II Śniadanie:</b> galaretki 250g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g*(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2543.16 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 389.08 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 155.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

## Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2391.94 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 354.54 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 98.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	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,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2246.84 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 69.10 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 96.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.84 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 64.90 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 124.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.24 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; suma cukrów prostych: 118.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.54 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; suma cukrów prostych: 119.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.89 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 79.81 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 104.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

<b>sobota 2024-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata 250g, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2314.19 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 101.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, Masło 15g*(2), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.79 kcal; Białko ogółem: 125.03 g; Tłuszcz: 117.10 g; Węglowodany ogółem: 252.62 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.46 g; suma cukrów prostych: 124.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.71 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2476.59 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 340.66 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 101.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), pomarańcza 1 szt, Risotto 300g*(13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2123.03 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 67.19 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2240.84 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.61 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2287.24 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 121.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

sobota 2024-10-05 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1987.98 kcal; Białko ogółem: 59.34 g; Tłuszcz: 42.29 g; Węglowodany ogółem: 342.79 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.14 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-05			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2075.04 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 318.55 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.34 g; suma cukrów prostych: 95.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

sobota 2024-10-05			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2509.64 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.48 g; suma cukrów prostych: 127.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

sobota 2024-10-05			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), pomarańcza 1 szt, ziemniaki 200g*, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.65 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.53 g; suma cukrów prostych: 101.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

sobota 2024-10-05			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Risotto 300g*(13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2983.46 kcal; Białko ogółem: 146.97 g; Tłuszcz: 100.81 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; Sól: 9.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.71 g; suma cukrów prostych: 107.50 g; Błonnik pokarmowy: 35.32 g;

sobota 2024-10-05			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2329.72 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 80.86 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 89.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> śliwki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2782.77 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 91.80 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; Sól: 9.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.88 g; suma cukrów prostych: 101.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2695.79 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 68.56 g; Węglowodany ogółem: 397.80 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 129.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2640.59 kcal; Białko ogółem: 129.45 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 123.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, indyk gotowany 80 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2684.39 kcal; Białko ogółem: 122.10 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 392.54 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 124.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2688.02 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 84.03 g; Węglowodany ogółem: 386.54 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.91 g; suma cukrów prostych: 113.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2879.89 kcal; Białko ogółem: 143.60 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 402.21 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.25 g; suma cukrów prostych: 133.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

<b>niedziela 2024-10-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1949.69 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 297.89 g; Sól: 1.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.77 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 90.85 g; Węglowodany ogółem: 255.45 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.61 g; suma cukrów prostych: 113.90 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2658.74 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 133.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, rosółka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2318.62 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 327.07 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.62 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g* (2), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2804.54 kcal; Białko ogółem: 130.38 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 438.43 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 127.87 g; Błonnik pokarmowy: 44.51 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2322.78 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 70.28 g; Węglowodany ogółem: 334.78 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; suma cukrów prostych: 115.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2155.85 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 353.22 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.38 g; suma cukrów prostych: 91.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-10-06			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2535.69 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 53.98 g; Węglowodany ogółem: 397.56 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.81 g; suma cukrów prostych: 129.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

niedziela 2024-10-06			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2675.51 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 86.09 g; Węglowodany ogółem: 396.64 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.10 g; suma cukrów prostych: 122.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

niedziela 2024-10-06			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2612.35 kcal; Białko ogółem: 132.44 g; Tłuszcz: 63.02 g; Węglowodany ogółem: 382.56 g; Sól: 9.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.16 g; suma cukrów prostych: 112.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

niedziela 2024-10-06			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3105.64 kcal; Białko ogółem: 166.62 g; Tłuszcz: 97.53 g; Węglowodany ogółem: 394.15 g; Sól: 8.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.36 g; suma cukrów prostych: 129.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

niedziela 2024-10-06			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.60 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 60.87 g; Węglowodany ogółem: 389.14 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 123.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

## Dietetyk

.....