

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.97 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 87.85 g; Węglowodany ogółem: 376.56 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 74.72 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g;

poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.37 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; Sól: 5.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.97 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.85 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.32 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.73 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 346.84 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

poniedziałek 2024-10-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2974.97 kcal; Białko ogółem: 149.63 g; Tłuszcz: 106.67 g; Węglowodany ogółem: 357.23 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.54 g; suma cukrów prostych: 99.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.73 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 92.89 g; Węglowodany ogółem: 249.97 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.48 g; suma cukrów prostych: 63.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.91 g;

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1892.11 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 90.09 g; Węglowodany ogółem: 180.23 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g;

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),			
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.63 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 311.88 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 76.40 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g;

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), roszonek 5g , pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Biszkopty bez cukru 30g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.97 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.64 g; suma cukrów prostych: 59.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g;

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.99 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 65.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

poniedziałek 2024-10-07			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, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszoneką i pomidorem 100g (1,4), wafle ryżowe 60g(9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.49 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 284.89 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.01 g; suma cukrów prostych: 84.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

poniedziałek 2024-10-07			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1946.84 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 328.01 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.11 g; suma cukrów prostych: 67.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-07		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g,	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*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.77 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.06 g; suma cukrów prostych: 93.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

poniedziałek 2024-10-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.65 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 342.67 g; Sól: 4.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 85.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

poniedziałek 2024-10-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, rozszponka 5g, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), 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. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.52 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.17 g; suma cukrów prostych: 80.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

poniedziałek 2024-10-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3031.17 kcal; Białko ogółem: 157.64 g; Tłuszcz: 106.33 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.95 g; suma cukrów prostych: 99.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

poniedziałek 2024-10-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.17 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 338.27 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 82.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki, sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.00 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 109.98 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.32 g; suma cukrów prostych: 98.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, rosółki, pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2758.49 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 116.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.84 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, rosółki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, 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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.49 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 77.51 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; suma cukrów prostych: 97.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.78 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, rosółki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.22 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, rosółki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.22 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, rosółki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, 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 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2940.49 kcal; Białko ogółem: 136.55 g; Tłuszcz: 103.30 g; Węglowodany ogółem: 362.15 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.80 g; suma cukrów prostych: 119.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.84 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.56 kcal; Białko ogółem: 133.55 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 92.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.98 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 94.60 g; Węglowodany ogółem: 210.54 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.79 g; suma cukrów prostych: 113.31 g; Błonnik pokarmowy: 9.28 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, 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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.20 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 121.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.51 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka beskidzka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Waffle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.35 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 90.69 g; Węglowodany ogółem: 281.54 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 54.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.04 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 92.95 g; Węglowodany ogółem: 315.74 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 86.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), waffle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), waffle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.89 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 68.95 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.92 g; suma cukrów prostych: 99.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;

wtorek 2024-10-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.40 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 65.19 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.12 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-08		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.09 kcal; Białko ogółem: 119.20 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.02 g; suma cukrów prostych: 119.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.78 g;

wtorek 2024-10-08		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2764.84 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 377.17 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.98 g; suma cukrów prostych: 132.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;

wtorek 2024-10-08		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z papryki, sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka beszkiadka 50g(1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.00 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

wtorek 2024-10-08		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, 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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3151.89 kcal; Białko ogółem: 147.69 g; Tłuszcz: 122.35 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.60 g; suma cukrów prostych: 117.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.84 g;

wtorek 2024-10-08		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2758.49 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; Sól: 7.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 116.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2820.32 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 438.26 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.19 g; suma cukrów prostych: 109.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.40 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 413.75 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 96.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, ziemniaki 200g (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,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2931.60 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 479.96 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; suma cukrów prostych: 106.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.54 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 273.19 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; suma cukrów prostych: 91.77 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałata zielona 10g,	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,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1894.51 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 49.17 g; Węglowodany ogółem: 266.31 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.46 g; suma cukrów prostych: 89.44 g; Błonnik pokarmowy: 20.04 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Rzodkiew biała 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, twaróg krajanka 70g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), sałata zielona 10g, Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3123.50 kcal; Białko ogółem: 149.83 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 485.51 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.29 g; suma cukrów prostych: 110.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1758.08 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 67.69 g; Węglowodany ogółem: 206.37 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1568.16 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 159.34 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 91.24 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.21 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 51.80 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 118.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.35 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 287.97 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 54.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	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]: 2487.67 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 64.36 g; Węglowodany ogółem: 393.20 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.39 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. owocowy 60g (2), Rzodkiew biała 100g , roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), wafle ryżowe 60g(9), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1671.77 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 235.23 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.78 g; suma cukrów prostych: 88.11 g; Błonnik pokarmowy: 16.67 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, Rzodkiew biała 100g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1945.00 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 328.67 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.64 g; suma cukrów prostych: 63.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.60 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 413.51 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.41 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	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, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.45 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; suma cukrów prostych: 102.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek konserwowy 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.48 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 432.31 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.47 g; suma cukrów prostych: 111.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3338.50 kcal; Białko ogółem: 175.93 g; Tłuszcz: 100.95 g; Węglowodany ogółem: 435.31 g; Sól: 7.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.80 g; suma cukrów prostych: 116.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

środa 2024-10-09 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.80 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 64.97 g; Węglowodany ogółem: 421.66 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.95 g; suma cukrów prostych: 101.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ogórkowa z ryżem - 350 ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), Surówka z czerwonej kapusty 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.52 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 88.27 g; Węglowodany ogółem: 350.12 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.28 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 60.83 g; Węglowodany ogółem: 306.39 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 67.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.58 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 62.78 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 78.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.58 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.08 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 83.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), połędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.18 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; Sól: 9.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 79.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.88 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 86.90 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; Sól: 4.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 76.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.53 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 85.86 g; Węglowodany ogółem: 229.14 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 96.27 g; Błonnik pokarmowy: 15.33 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.33 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 66.96 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; Sól: 7.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 83.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.79 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2072.58 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 295.26 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 47.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.68 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 311.86 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(9), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2027.58 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 287.02 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 75.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;

czwartek 2024-10-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1778.78 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 284.02 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.81 g; suma cukrów prostych: 52.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-10		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.08 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 315.21 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.06 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

czwartek 2024-10-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.98 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; suma cukrów prostych: 91.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.53 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; Sól: 9.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.74 g; suma cukrów prostych: 69.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

czwartek 2024-10-10		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 70g (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2807.98 kcal; Białko ogółem: 162.85 g; Tłuszcz: 95.80 g; Węglowodany ogółem: 319.24 g; Sól: 11.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.78 g; suma cukrów prostych: 79.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

czwartek 2024-10-10		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.88 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 61.82 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 76.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , kakao 250ml(2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kiszzonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2825.71 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 88.16 g; Węglowodany ogółem: 401.85 g; Sól: 8.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; suma cukrów prostych: 146.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.08 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 60.69 g; Węglowodany ogółem: 407.38 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 160.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.28 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 162.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.41 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 122.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.71 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; Sól: 5.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 139.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.48 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 411.02 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 162.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.03 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 110.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;		
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.13 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 113.36 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 122.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;		
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.83 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 79.94 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.65 g; suma cukrów prostych: 146.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;		
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), papryka św. 100g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Surówka z kiszanej kapusty 120 g, Nektarynka 1szt, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.85 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 60.67 g; Węglowodany ogółem: 321.13 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.86 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.13 g;		
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), Surówka z kiszanej kapusty 120 g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: grejfrut 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.91 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 375.31 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 146.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;		
piątek 2024-10-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.86 kcal; Białko ogółem: 80.94 g; Tłuszcz: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 369.92 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.21 g; suma cukrów prostych: 120.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;		
piątek 2024-10-11 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), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy dieta 100ml,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.45 kcal; Białko ogółem: 78.51 g; Tłuszcz: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 402.01 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.57 g; suma cukrów prostych: 124.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-11		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.68 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 408.73 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.23 g; suma cukrów prostych: 161.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

piątek 2024-10-11		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.48 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 161.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

piątek 2024-10-11		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , kakao 250ml(2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.76 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; Tłuszcz: 46.74 g; Węglowodany ogółem: 376.85 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.71 g; suma cukrów prostych: 120.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;

piątek 2024-10-11		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3124.28 kcal; Białko ogółem: 162.79 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 424.62 g; Sól: 8.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.28 g; suma cukrów prostych: 176.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

piątek 2024-10-11		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.48 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 161.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), surówka z ogórka kiszzonego 120g(3,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.65 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; Sól: 12.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.27 g; suma cukrów prostych: 119.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.25 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 80.94 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 116.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.85 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.34 g; suma cukrów prostych: 124.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.19 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.92 g; suma cukrów prostych: 126.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.94 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 97.84 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 109.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2935.60 kcal; Białko ogółem: 152.94 g; Tłuszcz: 102.18 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.31 g; suma cukrów prostych: 112.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.53 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 239.42 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.15 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 123.77 g; Węglowodany ogółem: 221.83 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.05 g; suma cukrów prostych: 135.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.04 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 146.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), surówka z ogórka kiszzonego 120g(3,11,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.81 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 71.11 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; Sól: 12.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 61.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.70 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 79.10 g; Węglowodany ogółem: 357.30 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.39 g; suma cukrów prostych: 100.00 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	koperkowa z ziemniak. b/maki400ml (2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.65 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 68.10 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 67.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g;

sobota 2024-10-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1809.51 kcal; Białko ogółem: 72.20 g; Tłuszcz: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 291.84 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.56 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-12			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.05 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 352.44 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.25 g; suma cukrów prostych: 118.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.29 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.23 g; suma cukrów prostych: 140.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

sobota 2024-10-12			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kiszzonego 120g(3,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.80 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; Sól: 15.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.94 g; suma cukrów prostych: 84.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

sobota 2024-10-12			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g, ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3106.45 kcal; Białko ogółem: 169.68 g; Tłuszcz: 115.92 g; Węglowodany ogółem: 343.30 g; Sól: 9.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.53 g; suma cukrów prostych: 107.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

sobota 2024-10-12			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, mandarynka 2 szt.,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.25 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 85.86 g; Węglowodany ogółem: 362.16 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 122.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Bułka kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.43 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 99.26 g; Węglowodany ogółem: 330.75 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.02 g; suma cukrów prostych: 97.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2680.06 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 95.87 g; Węglowodany ogółem: 334.80 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.52 g; suma cukrów prostych: 98.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.56 kcal; Białko ogółem: 123.86 g; Tłuszcz: 85.39 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.07 g; suma cukrów prostych: 103.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.51 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 344.10 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.34 g; suma cukrów prostych: 82.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.51 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.56 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.56 kcal; Białko ogółem: 145.48 g; Tłuszcz: 88.70 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.34 g; suma cukrów prostych: 99.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.54 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 92.30 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.90 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.88 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 92.55 g; Węglowodany ogółem: 240.92 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 105.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.30 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; suma cukrów prostych: 128.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.08 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 95.76 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; suma cukrów prostych: 71.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.96 kcal; Białko ogółem: 128.97 g; Tłuszcz: 78.37 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.54 g;

niedziela 2024-10-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 68.18 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 80.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g;

niedziela 2024-10-13 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., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegreť 120g*. Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.39 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.92 g; suma cukrów prostych: 58.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.76 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.49 g; suma cukrów prostych: 99.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

niedziela 2024-10-13			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.71 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 63.40 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 110.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.34 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.88 kcal; Białko ogółem: 138.26 g; Tłuszcz: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.05 g; suma cukrów prostych: 86.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

niedziela 2024-10-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3007.16 kcal; Białko ogółem: 162.92 g; Tłuszcz: 109.39 g; Węglowodany ogółem: 339.18 g; Sól: 7.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.25 g; suma cukrów prostych: 100.48 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

niedziela 2024-10-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,		Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,		Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.81 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 345.78 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.43 g; suma cukrów prostych: 101.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

Dietetyk

.....