

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Bigos 300g* (1,8,11,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.30 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 383.13 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g;

poniedziałek 2024-10-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.70 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 396.98 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 100.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

poniedziałek 2024-10-28 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 , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.72 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 398.14 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 105.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

poniedziałek 2024-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.31 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 105.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

poniedziałek 2024-10-28 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 , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.11 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 75.86 g; Węglowodany ogółem: 416.00 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 105.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

poniedziałek 2024-10-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.02 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 400.45 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 108.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.29 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 78.35 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; suma cukrów prostych: 77.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.15 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 68.72 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 109.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.30 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 68.33 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 50.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.92 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 67.02 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; suma cukrów prostych: 47.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g;

poniedziałek 2024-10-28		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 , chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1997.30 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozspanka 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Salata makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.36 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 56.92 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.56 g; suma cukrów prostych: 86.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Salata makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.02 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 49.56 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.42 g; suma cukrów prostych: 96.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g(2), rozspanka 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Salata makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.15 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 72.98 g; Węglowodany ogółem: 381.02 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; suma cukrów prostych: 129.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rozspanka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, rozspanka 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Salata makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.70 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 56.33 g; Węglowodany ogółem: 362.63 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.74 g; suma cukrów prostych: 71.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Banan 1 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: Salata makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3246.02 kcal; Białko ogółem: 161.29 g; Tłuszcz: 108.76 g; Węglowodany ogółem: 410.24 g; Sól: 9.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.16 g; suma cukrów prostych: 116.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

poniedziałek 2024-10-28		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.67 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 61.20 g; Węglowodany ogółem: 387.93 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 108.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 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), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.83 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 77.85 g; Węglowodany ogółem: 364.21 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.10 g; suma cukrów prostych: 112.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; suma cukrów prostych: 103.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.76 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 112.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g .	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.75 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 61.89 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 102.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.41 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 346.36 g; Sól: 5.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 96.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), serek homogeny naturalny 70g. (2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.91 kcal; Białko ogółem: 125.85 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.55 g; suma cukrów prostych: 97.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.33 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 290.46 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.41 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.65 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 106.72 g; Węglowodany ogółem: 263.02 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.41 g; suma cukrów prostych: 122.28 g; Błonnik pokarmowy: 17.43 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.05 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 73.56 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 107.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.26 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.70 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2565.96 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem: 394.27 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 103.14 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.75 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 297.69 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; suma cukrów prostych: 93.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

wtorek 2024-10-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1980.67 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.83 g; suma cukrów prostych: 106.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-29		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemiaki 200g*	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.90 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 415.26 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.54 g; suma cukrów prostych: 104.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;

wtorek 2024-10-29		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.75 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 70.85 g; Węglowodany ogółem: 378.27 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 126.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

wtorek 2024-10-29		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemiaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.09 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 368.89 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.46 g; suma cukrów prostych: 99.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;

wtorek 2024-10-29		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*, Ser żółty 50g(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemiaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3006.76 kcal; Białko ogółem: 163.73 g; Tłuszcz: 100.55 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; Sól: 7.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.55 g; suma cukrów prostych: 112.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2024-10-29		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.46 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 63.05 g; Węglowodany ogółem: 351.35 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; suma cukrów prostych: 101.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchwi 120g +(3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3150.84 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 428.87 g; Sól: 7.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.39 g; suma cukrów prostych: 103.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2797.73 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 381.71 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.87 g; suma cukrów prostych: 88.65 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.30 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 62.00 g; Węglowodany ogółem: 400.73 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

środa 2024-10-30 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), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, 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.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.70 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 62.17 g; Węglowodany ogółem: 386.19 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 89.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.70 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 69.92 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 88.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.13 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 389.72 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 91.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.24 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.66 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 89.41 g; Węglowodany ogółem: 236.17 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.64 g; suma cukrów prostych: 95.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.86 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; suma cukrów prostych: 119.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ryż brązowy 200g, kiwi 1szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.11 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 60.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.61 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.20 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 77.20 g; Węglowodany ogółem: 434.62 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 90.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.64 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homogen. naturalny 70g. (2), roszonka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.19 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 68.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;

środa 2024-10-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/ml 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszonka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 62.08 g; Węglowodany ogółem: 311.16 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.70 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.13 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.12 g; suma cukrów prostych: 88.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

środa 2024-10-30		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.33 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 74.48 g; Węglowodany ogółem: 382.13 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

środa 2024-10-30		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.70 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 396.31 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.44 g; suma cukrów prostych: 89.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

środa 2024-10-30		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3125.13 kcal; Białko ogółem: 133.25 g; Tłuszcz: 113.01 g; Węglowodany ogółem: 388.65 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.11 g; suma cukrów prostych: 88.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

środa 2024-10-30		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.43 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 75.85 g; Węglowodany ogółem: 382.42 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 82.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2992.83 kcal; Białko ogółem: 135.58 g; Tłuszcz: 109.24 g; Węglowodany ogółem: 372.12 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.22 g; suma cukrów prostych: 119.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2862.09 kcal; Białko ogółem: 139.89 g; Tłuszcz: 99.73 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.18 g; suma cukrów prostych: 112.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.59 kcal; Białko ogółem: 137.85 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; suma cukrów prostych: 120.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

czwartek 2024-10-31 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), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.71 kcal; Białko ogółem: 131.32 g; Tłuszcz: 65.67 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 117.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.66 kcal; Białko ogółem: 129.51 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 363.97 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 114.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3098.18 kcal; Białko ogółem: 175.21 g; Tłuszcz: 103.98 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; Sól: 8.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.54 g; suma cukrów prostych: 118.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.65 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 98.99 g; Węglowodany ogółem: 237.22 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.15 g; suma cukrów prostych: 108.73 g; Błonnik pokarmowy: 15.79 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

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

czwartek 2024-10-31 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), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.48 kcal; Białko ogółem: 135.22 g; Tłuszcz: 109.89 g; Węglowodany ogółem: 317.06 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.70 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2973.44 kcal; Białko ogółem: 142.82 g; Tłuszcz: 102.22 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.91 kcal; Białko ogółem: 123.74 g; Tłuszcz: 97.45 g; Węglowodany ogółem: 282.09 g; Sól: 4.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; suma cukrów prostych: 109.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g;

czwartek 2024-10-31 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.09 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.03 g; suma cukrów prostych: 88.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-31		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.29 kcal; Białko ogółem: 139.64 g; Tłuszcz: 80.86 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.89 g; suma cukrów prostych: 112.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

czwartek 2024-10-31		Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2803.34 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 102.48 g; Węglowodany ogółem: 355.21 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.79 g; suma cukrów prostych: 112.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

czwartek 2024-10-31		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.73 kcal; Białko ogółem: 155.50 g; Tłuszcz: 90.82 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.53 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

czwartek 2024-10-31		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

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

czwartek 2024-10-31		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2869.30 kcal; Białko ogółem: 155.16 g; Tłuszcz: 92.75 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.68 g; suma cukrów prostych: 115.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2).	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z mięta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), papryka świeża 30g.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2805.72 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 102.43 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; Sól: 8.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.84 g; suma cukrów prostych: 100.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.09 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 78.80 g; Węglowodany ogółem: 337.23 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 97.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki b/soli 200g m, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.07 kcal; Białko ogółem: 120.30 g; Tłuszcz: 74.45 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.74 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.18 g; suma cukrów prostych: 91.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.71 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 328.33 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.52 g; suma cukrów prostych: 81.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.39 kcal; Białko ogółem: 140.00 g; Tłuszcz: 82.16 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 101.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1854.03 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 58.24 g; Węglowodany ogółem: 252.17 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.01 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 108.76 g; Węglowodany ogółem: 211.45 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.49 g; suma cukrów prostych: 100.73 g; Błonnik pokarmowy: 13.30 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.74 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 73.31 g; Węglowodany ogółem: 353.10 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 125.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , papryka świeża 30g.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozszponka 5g
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.16 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 70.73 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.84 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, papryka 30g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.87 kcal; Białko ogółem: 125.43 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(9),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.11 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 297.57 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 62.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

piątek 2024-11-01 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), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.60 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 367.84 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.65 g; suma cukrów prostych: 70.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.29 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 59.93 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; suma cukrów prostych: 96.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.26 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 71.77 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszenno-żytni35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twaróg krajanka 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, jabłko deserowe 1 szt. , papryka 30g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.51 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.08 g; suma cukrów prostych: 72.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2998.49 kcal; Białko ogółem: 173.08 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; Sól: 8.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.66 g; suma cukrów prostych: 116.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

piątek 2024-11-01 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Banan 1 szt,
II Śniadanie: galaretką 250g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.04 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; Sól: 4.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 121.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.33 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 87.44 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; Sól: 7.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.91 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 73.02 g; Węglowodany ogółem: 366.90 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 79.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.91 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 68.82 g; Węglowodany ogółem: 394.56 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 108.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.76 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 49.38 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g; suma cukrów prostych: 98.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.06 kcal; Białko ogółem: 111.41 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
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, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.96 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.05 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 407.81 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 97.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2863.02 kcal; Białko ogółem: 133.64 g; Tłuszcz: 113.63 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.65 g; suma cukrów prostych: 125.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

sobota 2024-11-02 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 jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2810.82 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 73.10 g; Węglowodany ogółem: 428.21 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 101.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g;

sobota 2024-11-02 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), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), pomarańcza 1 szt, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.73 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 85.14 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.25 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 73.44 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 52.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g;

sobota 2024-11-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.70 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 364.48 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.48 g; suma cukrów prostych: 99.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

sobota 2024-11-02 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.19 kcal; Białko ogółem: 83.90 g; Tłuszcz: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 383.17 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.38 g; suma cukrów prostych: 74.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-02			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.11 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 54.15 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.97 g; suma cukrów prostych: 79.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

sobota 2024-11-02			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2775.00 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 73.02 g; Węglowodany ogółem: 410.72 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; suma cukrów prostych: 123.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g;

sobota 2024-11-02			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.73 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 73.22 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.72 g; suma cukrów prostych: 72.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

sobota 2024-11-02			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3098.46 kcal; Białko ogółem: 153.98 g; Tłuszcz: 101.18 g; Węglowodany ogółem: 394.93 g; Sól: 9.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.48 g; suma cukrów prostych: 100.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

sobota 2024-11-02			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,		Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.79 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 84.78 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 71.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	kalafiorowa z grysiakiem 350ml (1,2,3,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Masło 15g*(2), rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2766.50 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 87.63 g; Węglowodany ogółem: 387.67 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 112.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.68 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 402.74 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 134.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.48 kcal; Białko ogółem: 121.37 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 128.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2794.78 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 397.48 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 129.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

niedziela 2024-11-03 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), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.71 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 83.03 g; Węglowodany ogółem: 391.78 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 117.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), rozszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2885.78 kcal; Białko ogółem: 135.52 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 407.15 g; Sól: 7.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.46 g; suma cukrów prostych: 138.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1968.38 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 53.73 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Sól: 1.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.28 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.43 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 139.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.12 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 321.56 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 58.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 200g* (2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.41 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 434.02 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 133.24 g; Błonnik pokarmowy: 41.08 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.03 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 60.94 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; Sól: 4.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; suma cukrów prostych: 115.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

niedziela 2024-11-03 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.74 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.59 g; suma cukrów prostych: 96.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.88 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 402.49 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.78 g; suma cukrów prostych: 134.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.20 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 401.58 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.83 g; suma cukrów prostych: 127.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.05 kcal; Białko ogółem: 122.45 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 384.27 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.11 g; suma cukrów prostych: 120.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab gotowany 80g, 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), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3111.53 kcal; Białko ogółem: 158.54 g; Tłuszcz: 99.33 g; Węglowodany ogółem: 399.09 g; Sól: 8.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.57 g; suma cukrów prostych: 134.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.29 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 394.38 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 127.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

Dietetyk

.....