

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.86 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 84.54 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 72.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g;

poniedziałek 2024-11-04 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), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.70 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 278.36 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; suma cukrów prostych: 70.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

poniedziałek 2024-11-04 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), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.30 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 287.42 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

poniedziałek 2024-11-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.07 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 286.52 g; Sól: 4.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.33 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g;

poniedziałek 2024-11-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.07 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 286.82 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.33 g; suma cukrów prostych: 78.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

poniedziałek 2024-11-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.30 kcal; Białko ogółem: 136.43 g; Tłuszcz: 114.51 g; Węglowodany ogółem: 297.46 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.22 g; suma cukrów prostych: 87.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-04		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2024-11-04		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2024-11-04		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.63 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g;

poniedziałek 2024-11-04		
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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Biszkopt bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1930.30 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 260.05 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.32 g; suma cukrów prostych: 48.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

poniedziałek 2024-11-04		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1931.32 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 254.31 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 53.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;

poniedziałek 2024-11-04		
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 , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1675.02 kcal; Białko ogółem: 66.32 g; Tłuszcz: 63.31 g; Węglowodany ogółem: 218.91 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.54 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;

poniedziałek 2024-11-04		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1774.80 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 41.39 g; Węglowodany ogółem: 265.17 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.95 g; suma cukrów prostych: 56.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-04			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g ,		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1987.71 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 291.25 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.73 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

poniedziałek 2024-11-04			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rozspanka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.62 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 277.63 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

poniedziałek 2024-11-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, rozspanka 5g , pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Salata zielona z sosem winegret 80g,		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2011.85 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 280.81 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.85 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

poniedziałek 2024-11-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozspanka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2835.50 kcal; Białko ogółem: 144.44 g; Tłuszcz: 114.17 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.63 g; suma cukrów prostych: 88.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

poniedziałek 2024-11-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g ,		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.50 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 278.50 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 70.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.34 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 99.57 g; Węglowodany ogółem: 335.57 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.44 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.44 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 366.83 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 123.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.44 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 348.72 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 104.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.18 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 68.40 g; Węglowodany ogółem: 345.91 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 103.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.95 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 352.12 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 105.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2861.44 kcal; Białko ogółem: 140.64 g; Tłuszcz: 89.47 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych: 126.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.76 kcal; Białko ogółem: 135.09 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 288.27 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 93.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.18 kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 212.70 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.58 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Błonnik pokarmowy: 11.20 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.19 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 72.03 g; Węglowodany ogółem: 354.69 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 128.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.64 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 74.00 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.29 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 79.08 g; Węglowodany ogółem: 296.04 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.49 g; suma cukrów prostych: 69.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2042.30 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 53.14 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 100.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

wtorek 2024-11-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	barszcz czerwony 400 b/gluten b/ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.61 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 364.69 g; Sól: 7.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.57 g; suma cukrów prostych: 96.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.04 kcal; Białko ogółem: 123.29 g; Tłuszcz: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 370.71 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.10 g; suma cukrów prostych: 126.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.94 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 139.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), papryka św. 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.29 kcal; Białko ogółem: 124.24 g; Tłuszcz: 53.06 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.53 g; suma cukrów prostych: 76.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3072.84 kcal; Białko ogółem: 151.78 g; Tłuszcz: 108.52 g; Węglowodany ogółem: 370.13 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.68 g; suma cukrów prostych: 124.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.44 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 366.83 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 123.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Marchewka z groszkiem 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.66 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 87.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.07 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 382.19 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.07 g; suma cukrów prostych: 91.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.67 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 390.70 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 101.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g;

środa 2024-11-06 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 owocowy 70g (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.48 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 51.98 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; suma cukrów prostych: 96.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.48 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 51.98 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; suma cukrów prostych: 96.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.57 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 389.69 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.07 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	marchew gotowana 120g (1,2), Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1599.93 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 165.25 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 94.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.78 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

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

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.98 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.97 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 62.23 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 66.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1856.74 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 48.08 g; Węglowodany ogółem: 276.86 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.83 g; suma cukrów prostych: 96.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, sos pomidorowy b/mleka b/mąki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2064.86 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 384.36 g; Sól: 9.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.17 g; suma cukrów prostych: 73.80 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g.
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.27 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 381.64 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.42 g; suma cukrów prostych: 92.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 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), pomidor 100g, rukola 5g.
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.22 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 63.51 g; Węglowodany ogółem: 414.65 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 117.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g.
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.63 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 69.30 g; Węglowodany ogółem: 383.12 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.33 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3067.97 kcal; Białko ogółem: 152.47 g; Tłuszcz: 91.49 g; Węglowodany ogółem: 412.69 g; Sól: 7.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.35 g; suma cukrów prostych: 121.38 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

środa 2024-11-06 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.50 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 63.79 g; Węglowodany ogółem: 378.54 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 93.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2713.26 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 80.30 g; Węglowodany ogółem: 380.82 g; Sól: 8.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 77.80 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.17 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 73.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.77 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 340.69 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; suma cukrów prostych: 81.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-11-07 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), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), 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),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.47 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 339.14 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 80.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

czwartek 2024-11-07 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 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.27 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 348.67 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.58 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.37 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 341.41 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.07 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 310.70 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 79.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 89.70 g; Węglowodany ogółem: 252.84 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.23 g; suma cukrów prostych: 99.53 g; Błonnik pokarmowy: 18.57 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.52 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 87.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), ogórek kiszony 100g, roszonka 5g
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.78 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 312.20 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.57 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 87.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
wafle ryżowe 60g(9), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.07 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 63.51 g; Węglowodany ogółem: 310.16 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 77.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;

czwartek 2024-11-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1912.97 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 307.72 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.99 g; suma cukrów prostych: 55.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-07			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.97 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 46.69 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.49 g; suma cukrów prostych: 79.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-11-07			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.70 g; suma cukrów prostych: 94.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

czwartek 2024-11-07			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), ogórek kiszony 100g, rozszponka 5g , kajzerka 50g (1),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.23 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 48.45 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; Sól: 8.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.58 g; suma cukrów prostych: 65.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;

czwartek 2024-11-07			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.17 kcal; Białko ogółem: 167.28 g; Tłuszcz: 97.78 g; Węglowodany ogółem: 342.67 g; Sól: 9.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.54 g; suma cukrów prostych: 81.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

czwartek 2024-11-07			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.77 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.15 g; suma cukrów prostych: 79.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3167.59 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 94.26 g; Węglowodany ogółem: 458.90 g; Sól: 8.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 156.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.14 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 427.11 g; Sól: 8.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.09 g; suma cukrów prostych: 159.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.34 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 67.42 g; Węglowodany ogółem: 404.74 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; suma cukrów prostych: 160.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.53 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 64.16 g; Węglowodany ogółem: 370.94 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 122.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Salata 10g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.91 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 392.50 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 142.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Salata 10g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2853.54 kcal; Białko ogółem: 124.27 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 161.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.03 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 110.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.13 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 113.36 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 122.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata 10g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz: 79.51 g; Węglowodany ogółem: 382.92 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.60 g; suma cukrów prostych: 142.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Salata 10g, mandarynka 1 szt., Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.38 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 57.64 g; Węglowodany ogółem: 327.48 g; Sól: 9.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 56.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), Salata zielona z sosem winegret 80g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.43 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 373.11 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 127.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.75 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 60.46 g; Węglowodany ogółem: 331.94 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 117.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.25 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 391.15 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.07 g; suma cukrów prostych: 121.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-08 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., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.74 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 48.26 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.27 g; suma cukrów prostych: 159.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.54 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 428.36 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 160.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), mandarynka 1 szt., Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.29 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 376.84 g; Sól: 10.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.59 g; suma cukrów prostych: 105.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sałata 10g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3212.34 kcal; Białko ogółem: 164.81 g; Tłuszcz: 85.76 g; Węglowodany ogółem: 444.00 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.32 g; suma cukrów prostych: 175.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

piątek 2024-11-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.54 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 428.36 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 160.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2959.80 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 100.74 g; Węglowodany ogółem: 398.17 g; Sól: 8.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.92 g; suma cukrów prostych: 130.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2706.54 kcal; Białko ogółem: 113.90 g; Tłuszcz: 78.32 g; Węglowodany ogółem: 384.46 g; Sól: 8.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 121.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.14 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 386.51 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 123.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.13 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; suma cukrów prostych: 125.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.82 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 91.55 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 107.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3015.89 kcal; Białko ogółem: 158.62 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.03 g; suma cukrów prostych: 111.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

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

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.73 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; suma cukrów prostych: 151.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), salátka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.96 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 86.75 g; Węglowodany ogółem: 349.10 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 73.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.58 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.99 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 390.77 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; suma cukrów prostych: 105.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.83 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 100g, buraczki, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1942.43 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 57.21 g; Węglowodany ogółem: 290.61 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane b/mleka 120g(1),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1803.58 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 293.54 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.91 g; suma cukrów prostych: 93.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

sobota 2024-11-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.34 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 385.91 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.54 g; suma cukrów prostych: 123.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g.*,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.33 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 62.98 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 138.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

sobota 2024-11-09			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, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 g,		Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, salatką z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: sok warzywny 150ml,		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.95 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 367.54 g; Sól: 12.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.60 g; suma cukrów prostych: 95.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

sobota 2024-11-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g, ser żółty 60g (2),		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3186.74 kcal; Białko ogółem: 175.36 g; Tłuszcz: 110.71 g; Węglowodany ogółem: 369.91 g; Sól: 9.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.24 g; suma cukrów prostych: 106.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

sobota 2024-11-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, mandarynka 2 szt.,		Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salatką owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.54 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 83.24 g; Węglowodany ogółem: 395.63 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.38 g; suma cukrów prostych: 127.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2754.93 kcal; Białko ogółem: 127.09 g; Tłuszcz: 105.69 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.80 g; suma cukrów prostych: 93.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.70 kcal; Białko ogółem: 132.47 g; Tłuszcz: 100.90 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.89 g; suma cukrów prostych: 91.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;

niedziela 2024-11-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.80 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 84.30 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.71 g; suma cukrów prostych: 96.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

niedziela 2024-11-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.85 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 65.20 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

niedziela 2024-11-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.82 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 77.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2820.20 kcal; Białko ogółem: 155.33 g; Tłuszcz: 93.73 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 93.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

niedziela 2024-11-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-11-10		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.40 kcal; Białko ogółem: 133.48 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 328.49 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 92.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

niedziela 2024-11-10		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.35 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.35 g; suma cukrów prostych: 103.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.98 kcal; Białko ogółem: 147.91 g; Tłuszcz: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 84.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3057.80 kcal; Białko ogółem: 172.77 g; Tłuszcz: 114.42 g; Węglowodany ogółem: 331.04 g; Sól: 7.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.63 g; suma cukrów prostych: 93.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.45 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 94.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

Dietetyk

.....