

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.18 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 90.99 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

poniedziałek 2024-11-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.43 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 65.97 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 111.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

poniedziałek 2024-11-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.63 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz: 62.67 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.40 g; suma cukrów prostych: 115.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

poniedziałek 2024-11-18 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), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.79 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.34 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.78 g;

poniedziałek 2024-11-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.91 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 284.20 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 100.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;

poniedziałek 2024-11-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.63 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 66.67 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 115.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.28 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 95.62 g; Węglowodany ogółem: 268.59 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; suma cukrów prostych: 73.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.03 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 223.08 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 93.63 g; Błonnik pokarmowy: 16.93 g;

poniedziałek 2024-11-18		
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), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.75 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.64 g; suma cukrów prostych: 107.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.22 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 87.67 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; Sól: 9.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 43.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g;

poniedziałek 2024-11-18		
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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.68 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; suma cukrów prostych: 103.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1974.55 kcal; Białko ogółem: 62.73 g; Tłuszcz: 71.96 g; Węglowodany ogółem: 278.27 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.36 g; suma cukrów prostych: 108.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-18		
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 , dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml(8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250g* , Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2112.10 kcal; Białko ogółem: 50.59 g; Tłuszcz: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 417.91 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.60 g; suma cukrów prostych: 131.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;

poniedziałek 2024-11-18		
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 , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250g* , Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.63 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.99 g; suma cukrów prostych: 110.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* , Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.68 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 330.92 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 123.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sałata 10g, śliwki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.27 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 72.32 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; Sól: 9.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.92 g; suma cukrów prostych: 95.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2906.13 kcal; Białko ogółem: 135.44 g; Tłuszcz: 97.27 g; Węglowodany ogółem: 366.63 g; Sól: 7.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.16 g; suma cukrów prostych: 117.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

poniedziałek 2024-11-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250g* , Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.43 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 111.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.20 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 368.62 g; Sól: 7.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.13 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 62.44 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; suma cukrów prostych: 71.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.53 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 340.09 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.97 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 79.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.13 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 79.21 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.47 g; suma cukrów prostych: 79.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.13 kcal; Białko ogółem: 132.91 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.35 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g,

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

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

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

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.95 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Sól: 9.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.66 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 365.74 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 91.61 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.16 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 86.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

wtorek 2024-11-19 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 , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.66 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 417.40 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.29 g; suma cukrów prostych: 62.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-11-19		
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, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.33 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.35 g; suma cukrów prostych: 71.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

wtorek 2024-11-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.12 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 62.84 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; suma cukrów prostych: 94.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-11-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.95 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 394.91 g; Sól: 10.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.35 g; suma cukrów prostych: 110.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

wtorek 2024-11-19		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), roszonek 5g, ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3157.29 kcal; Białko ogółem: 178.88 g; Tłuszcz: 106.01 g; Węglowodany ogółem: 376.80 g; Sól: 9.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.64 g; suma cukrów prostych: 91.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

wtorek 2024-11-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.44 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 64.38 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.49 g; suma cukrów prostych: 72.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa smażona 140g (1), surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.41 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 401.03 g; Sól: 11.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 132.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2798.12 kcal; Białko ogółem: 127.38 g; Tłuszcz: 74.16 g; Węglowodany ogółem: 409.06 g; Sól: 10.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 138.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.40 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 389.63 g; Sól: 8.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 139.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.31 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 374.06 g; Sól: 8.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 126.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.65 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 49.88 g; Węglowodany ogółem: 371.37 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 122.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2996.72 kcal; Białko ogółem: 149.94 g; Tłuszcz: 79.05 g; Węglowodany ogółem: 418.62 g; Sól: 11.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 147.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.23 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 308.92 g; Sól: 4.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 92.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.48 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 105.18 g; Węglowodany ogółem: 261.85 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.72 g; suma cukrów prostych: 130.22 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), mus warzywno-owocowy 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.60 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 401.78 g; Sól: 8.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 138.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2), Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.59 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; Sól: 14.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2), Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2772.39 kcal; Białko ogółem: 128.40 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 420.82 g; Sól: 11.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 111.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g;

środa 2024-11-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.01 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 53.54 g; Węglowodany ogółem: 285.80 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.93 g; suma cukrów prostych: 114.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;

środa 2024-11-20 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 , rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	tomidorowa z zacierką b/ml.350(1,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 120g b/ml (1), Podwieczorek: Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.14 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 403.56 g; Sól: 10.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.14 g; suma cukrów prostych: 111.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-11-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 127.13 g; Tłuszcz: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 408.82 g; Sól: 10.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.79 g; suma cukrów prostych: 138.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

środa 2024-11-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.75 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 66.99 g; Węglowodany ogółem: 388.00 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; suma cukrów prostych: 155.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

środa 2024-11-20		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), mandarynka 1 szt., Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.94 kcal; Białko ogółem: 139.89 g; Tłuszcz: 63.78 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; Sól: 15.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.57 g; suma cukrów prostych: 86.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

środa 2024-11-20		
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), szynka konserwowa 50g (8), serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3426.92 kcal; Białko ogółem: 185.92 g; Tłuszcz: 111.50 g; Węglowodany ogółem: 423.62 g; Sól: 12.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.18 g; suma cukrów prostych: 151.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

środa 2024-11-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 100g m (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), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2699.77 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 69.30 g; Węglowodany ogółem: 401.13 g; Sól: 9.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 130.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, roszponka 5g.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.96 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 98.96 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; Sól: 9.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), roszponka 5g.	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.77 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 67.34 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.76 g; suma cukrów prostych: 83.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.97 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.85 g; suma cukrów prostych: 87.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.73 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 86.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.36 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.43 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 307.39 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.77 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 75.39 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 86.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.30 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 257.47 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.20 g; suma cukrów prostych: 76.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.25 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 108.65 g; Węglowodany ogółem: 237.53 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.83 g; suma cukrów prostych: 102.03 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.12 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 111.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g , II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.02 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 64.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200 g, 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), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.89 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.70 g; suma cukrów prostych: 93.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , chleb b/glutenowy 3 kromki, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1944.71 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 272.37 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; suma cukrów prostych: 87.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

czwartek 2024-11-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	krupnik 350ml b/mleka(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.69 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; Sól: 8.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.55 g; suma cukrów prostych: 61.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-21		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.97 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 48.47 g; Węglowodany ogółem: 326.69 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.47 g; suma cukrów prostych: 83.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

czwartek 2024-11-21		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.72 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 82.47 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.90 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

czwartek 2024-11-21		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), papryka św. 100g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.99 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 359.85 g; Sól: 9.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.20 g; suma cukrów prostych: 111.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2024-11-21		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3228.77 kcal; Białko ogółem: 183.15 g; Tłuszcz: 106.28 g; Węglowodany ogółem: 381.75 g; Sól: 9.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.41 g; suma cukrów prostych: 98.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

czwartek 2024-11-21		
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, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.77 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 67.34 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.76 g; suma cukrów prostych: 83.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka50g(1), chleb pszenno-żytni35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.84 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 106.97 g; Węglowodany ogółem: 381.11 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 124.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g, Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.13 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 373.45 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.99 g; suma cukrów prostych: 114.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.73 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 114.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.43 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 96.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.30 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 347.65 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 97.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2855.73 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 94.13 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.10 g; suma cukrów prostych: 115.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskiwka 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.73 kcal; Białko ogółem: 115.49 g; Tłuszcz: 86.00 g; Węglowodany ogółem: 315.43 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 91.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.90 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 118.52 g; Węglowodany ogółem: 247.57 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.59 g; suma cukrów prostych: 115.51 g; Błonnik pokarmowy: 14.29 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 30g. (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.13 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 79.28 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.35 g; suma cukrów prostych: 100.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.92 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 86.28 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; Sól: 5.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.39 g; suma cukrów prostych: 57.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.93 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 75.15 g; Węglowodany ogółem: 434.48 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.11 g; suma cukrów prostych: 126.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.40 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 30g. (2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.77 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 103.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

piątek 2024-11-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.82 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 52.43 g; Węglowodany ogółem: 406.81 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.33 g; suma cukrów prostych: 88.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-22		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., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.13 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 377.37 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.12 g; suma cukrów prostych: 114.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

piątek 2024-11-22		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.93 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 377.97 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 114.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

piątek 2024-11-22		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z roszponki, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.23 kcal; Białko ogółem: 129.64 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.74 g; suma cukrów prostych: 85.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

piątek 2024-11-22		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3247.13 kcal; Białko ogółem: 155.23 g; Tłuszcz: 127.16 g; Węglowodany ogółem: 366.67 g; Sól: 9.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.97 g; suma cukrów prostych: 103.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

piątek 2024-11-22		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.73 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 84.43 g; Węglowodany ogółem: 378.95 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 115.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroz. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Ser topiony 50g* (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.09 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 88.36 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 100.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroz. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.29 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 314.53 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 99.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.83 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 95.42 g; Węglowodany ogółem: 346.77 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; suma cukrów prostych: 102.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.26 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 92.10 g; Węglowodany ogółem: 313.96 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; suma cukrów prostych: 98.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.57 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 101.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.14 kcal; Białko ogółem: 127.84 g; Tłuszcz: 94.37 g; Węglowodany ogółem: 304.75 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.13 g; suma cukrów prostych: 89.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.75 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 79.01 g; Węglowodany ogółem: 301.77 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 96.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*(1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.80 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 97.08 g; Węglowodany ogółem: 262.69 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.43 g; suma cukrów prostych: 123.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.60 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.50 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.64 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 82.64 g; Węglowodany ogółem: 275.11 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 44.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.74 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 311.90 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 64.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2064.79 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 73.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

sobota 2024-11-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony czysty -400, Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2039.65 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 263.55 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.22 g; suma cukrów prostych: 82.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.79 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.65 g; suma cukrów prostych: 101.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.68 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 92.51 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; suma cukrów prostych: 100.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g;

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Grejfrut 1/2 szt , Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.64 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 300.88 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.62 g; suma cukrów prostych: 74.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Grejfrut 1/2 szt , Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.34 kcal; Białko ogółem: 139.57 g; Tłuszcz: 110.54 g; Węglowodany ogółem: 304.50 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.22 g; suma cukrów prostych: 88.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), mandarynka 1 szt., Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.79 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 308.81 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.39 g; suma cukrów prostych: 96.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.65 kcal; Białko ogółem: 139.48 g; Tłuszcz: 95.66 g; Węglowodany ogółem: 337.75 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.41 g; suma cukrów prostych: 109.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.75 kcal; Białko ogółem: 145.73 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 318.51 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.59 g; suma cukrów prostych: 106.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.95 kcal; Białko ogółem: 138.69 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 112.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.35 kcal; Białko ogółem: 148.79 g; Tłuszcz: 84.45 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 108.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.35 kcal; Białko ogółem: 122.49 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 345.00 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 108.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.35 kcal; Białko ogółem: 175.01 g; Tłuszcz: 78.00 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 110.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.62 kcal; Białko ogółem: 137.84 g; Tłuszcz: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.80 kcal; Białko ogółem: 129.11 g; Tłuszcz: 103.78 g; Węglowodany ogółem: 233.76 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.69 g; suma cukrów prostych: 130.58 g; Błonnik pokarmowy: 14.24 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.70 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 283.78 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 82.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.10 kcal; Białko ogółem: 135.30 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 301.86 g; Sól: 7.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , twaróg 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.03 kcal; Białko ogółem: 131.96 g; Tłuszcz: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 311.07 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; suma cukrów prostych: 71.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, 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 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.10 kcal; Białko ogółem: 119.45 g; Tłuszcz: 92.69 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.26 g; suma cukrów prostych: 97.82 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

niedziela 2024-11-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.24 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 65.11 g; Węglowodany ogółem: 370.15 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.83 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-11-24			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.55 kcal; Białko ogółem: 148.54 g; Tłuszcz: 64.58 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.36 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

niedziela 2024-11-24			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.80 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 413.84 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.21 g; suma cukrów prostych: 142.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.32 g;

niedziela 2024-11-24			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ogórek konserwowy 120g, Masło 15g*(2), rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.05 kcal; Białko ogółem: 134.10 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 320.45 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.29 g; suma cukrów prostych: 102.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

niedziela 2024-11-24			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), twarożek 70g (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3000.35 kcal; Białko ogółem: 184.59 g; Tłuszcz: 105.80 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.79 g; suma cukrów prostych: 109.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

niedziela 2024-11-24			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.60 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 57.04 g; Węglowodany ogółem: 322.21 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 108.41 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g;

Dietetyk

.....