

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.60 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 69.51 g; Węglowodany ogółem: 349.91 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 79.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.52 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 71.77 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.21 g; suma cukrów prostych: 72.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.92 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.96 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; suma cukrów prostych: 74.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.36 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 321.58 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 73.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-02		
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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), szynka konserwowa 50g (8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.22 kcal; Białko ogółem: 129.76 g; Tłuszcz: 104.61 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.34 g; suma cukrów prostych: 73.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.33 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 237.52 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; suma cukrów prostych: 63.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1800.71 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 167.78 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.02 g; suma cukrów prostych: 63.51 g; Błonnik pokarmowy: 13.28 g;

poniedziałek 2024-12-02		
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), Napój roślinny 330ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.95 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 77.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g, pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.52 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 55.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2074.14 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1913.40 kcal; Białko ogółem: 79.08 g; Tłuszcz: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 265.91 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 79.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, sos koperkowy 120g b/ml (1), Ziemniaki 200g*,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.20 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; Sól: 7.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.46 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2139.57 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 331.54 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.00 g; suma cukrów prostych: 84.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.07 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 270.46 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.07 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 59.52 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; Sól: 9.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.45 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2978.32 kcal; Białko ogółem: 151.82 g; Tłuszcz: 111.41 g; Węglowodany ogółem: 338.60 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.87 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

poniedziałek 2024-12-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.32 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 72.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g.	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, ziemniaki 200g*, Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, rosłonka 5g,
	Podwieczorek: śliwki 150g.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2516.57 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 335.41 g; Sól: 7.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.48 g; suma cukrów prostych: 101.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, rosłonka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 363.79 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 128.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13).	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosłonka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2348.32 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 109.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13).	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosłonka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2363.47 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 54.98 g; Węglowodany ogółem: 363.07 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; suma cukrów prostych: 109.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13).	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosłonka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt.	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2362.47 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 54.98 g; Węglowodany ogółem: 363.37 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; suma cukrów prostych: 108.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, polędwica sopočka 50g(1,8).	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rosłonka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt. 15g (1).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2887.32 kcal; Białko ogółem: 147.82 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 368.59 g; Sól: 9.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 132.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.50 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 299.93 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; suma cukrów prostych: 94.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.92 kcal; Białko ogółem: 119.97 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 224.36 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 114.75 g; Błonnik pokarmowy: 12.83 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.56 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.28 g; suma cukrów prostych: 128.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.72 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 281.99 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.17 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.30 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 52.80 g; Węglowodany ogółem: 302.25 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 105.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	pomidorowa z makar.350ml/ml (1,3,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.44 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; Sól: 10.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.76 g; suma cukrów prostych: 99.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosół 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.92 kcal; Białko ogółem: 119.67 g; Tłuszcz: 45.49 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.54 g; suma cukrów prostych: 131.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rosół 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.51 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 68.40 g; Węglowodany ogółem: 379.48 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 144.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), papryka św. 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, rosół 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.37 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 51.80 g; Węglowodany ogółem: 333.02 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; suma cukrów prostych: 96.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;

wtorek 2024-12-03		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), kielbaska 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rosół 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3010.72 kcal; Białko ogółem: 148.16 g; Tłuszcz: 105.21 g; Węglowodany ogółem: 367.09 g; Sól: 8.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.12 g; suma cukrów prostych: 129.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	tomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosół 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 363.79 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 128.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.93 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; Sól: 7.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 97.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.90 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 91.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.50 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 70.54 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 94.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.21 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 276.53 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.20 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g;

środa 2024-12-04 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), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.21 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 276.53 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.20 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka z czarnuszką 50g (1,8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.20 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 103.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1726.31 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 65.63 g; Węglowodany ogółem: 200.46 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	brokuły z wody 120 g, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

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

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.51 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 54.56 g; Węglowodany ogółem: 368.67 g; Sól: 7.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 118.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.93 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 237.99 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 57.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g , 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), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.53 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 274.78 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 71.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1706.77 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 247.65 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; suma cukrów prostych: 86.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	barszcz czerwony 350 b/gluten b/ml(8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1846.33 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 329.84 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.15 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.10 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 53.87 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.46 g; suma cukrów prostych: 92.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.79 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 388.56 g; Sól: 4.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 113.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.68 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.33 g; suma cukrów prostych: 101.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka z czarnuszką 50g (1,8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2859.80 kcal; Białko ogółem: 164.72 g; Tłuszcz: 97.81 g; Węglowodany ogółem: 331.02 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 114.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.10 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 95.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka piastowska 50g(8), rozszponka 5g.
	Podwieczerek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2689.74 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 96.91 g; Węglowodany ogółem: 361.43 g; Sól: 8.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 73.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, 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, rozszponka 5g.
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.43 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 338.02 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), serek homo waniliowy 70g*(2).
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.03 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 344.23 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 80.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), serek homo waniliowy 70g*(2).
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.73 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 79.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, 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), serek homo waniliowy 70g*(2).
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.53 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 84.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), połędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2).
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.63 kcal; Białko ogółem: 127.02 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3).	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2).	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*.

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.25 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 92.56 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.90 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 91.52 g; Węglowodany ogółem: 254.11 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; suma cukrów prostych: 97.29 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.70 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 84.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czamuską 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.18 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 43.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.83 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; suma cukrów prostych: 85.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml b/gl 350ml (13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1923.70 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; suma cukrów prostych: 79.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;		
czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1897.00 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 313.33 g; Sól: 7.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.86 g; suma cukrów prostych: 56.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.23 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 46.96 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.86 g; suma cukrów prostych: 78.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.65 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 352.47 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 92.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g, kajzerka 50g (1),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.63 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 65.67 g; Węglowodany ogółem: 335.93 g; Sól: 9.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.27 g; suma cukrów prostych: 64.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2950.43 kcal; Białko ogółem: 168.76 g; Tłuszcz: 98.05 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; Sól: 9.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.91 g; suma cukrów prostych: 80.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.03 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), miód 1 szt.(25g), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2895.21 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 94.49 g; Węglowodany ogółem: 393.42 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; suma cukrów prostych: 106.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.55 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 393.69 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 112.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 1 szt.(25g), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.75 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 371.92 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.11 g; suma cukrów prostych: 114.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.22 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 62.68 g; Węglowodany ogółem: 335.60 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.13 g; suma cukrów prostych: 95.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.32 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 66.75 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 95.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.95 kcal; Białko ogółem: 139.03 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 400.58 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 117.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.72 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; suma cukrów prostych: 115.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

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

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g* ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 1 szt.(25g),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.84 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.77 g; suma cukrów prostych: 102.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, mandarynka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.10 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 63.08 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 1 szt.(25g), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.41 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 69.98 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 106.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane b/mąki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1902.34 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 290.61 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 78.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.36 g;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1920.02 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 367.69 g; Sól: 8.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.40 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-06		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.15 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 51.90 g; Węglowodany ogółem: 395.30 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.58 g; suma cukrów prostych: 113.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

piątek 2024-12-06		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 1 szt.(25g), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2655.95 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 395.54 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 113.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

piątek 2024-12-06		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), mandarynka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.01 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 374.92 g; Sól: 10.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.61 g; suma cukrów prostych: 103.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

piątek 2024-12-06		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3164.15 kcal; Białko ogółem: 173.71 g; Tłuszcz: 89.55 g; Węglowodany ogółem: 412.23 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.72 g; suma cukrów prostych: 129.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

piątek 2024-12-06		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), twaróg krajanka 50g(2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2655.95 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 395.54 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 113.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	grochowa z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.88 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 104.59 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; Sól: 8.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.42 g; suma cukrów prostych: 128.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.68 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 120.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.28 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 78.95 g; Węglowodany ogółem: 352.03 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.63 g; suma cukrów prostych: 122.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

sobota 2024-12-07 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), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.06 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 84.01 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 115.53 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.64 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 104.90 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; suma cukrów prostych: 101.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.00 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.03 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 90.95 g; Węglowodany ogółem: 340.36 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 109.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuly z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

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

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.66 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 84.83 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 141.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salata z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.40 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 102.40 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.34 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.13 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 356.30 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 104.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1645.43 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 56.67 g; Węglowodany ogółem: 219.75 g; Sól: 4.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1839.17 kcal; Białko ogółem: 65.36 g; Tłuszcz: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 336.90 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.71 g; suma cukrów prostych: 102.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.48 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 52.33 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.10 g; suma cukrów prostych: 122.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ryż z jabłkami 350g.*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.83 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 71.56 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 133.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salata z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.92 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 78.07 g; Węglowodany ogółem: 333.90 g; Sól: 11.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.34 g; suma cukrów prostych: 93.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 g, ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2890.88 kcal; Białko ogółem: 149.45 g; Tłuszcz: 104.69 g; Węglowodany ogółem: 335.43 g; Sól: 8.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.81 g; suma cukrów prostych: 105.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 g, roszponka 5g, mandarynki 150g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salata owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.68 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 361.16 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; suma cukrów prostych: 126.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.14 kcal; Białko ogółem: 132.32 g; Tłuszcz: 96.31 g; Węglowodany ogółem: 321.72 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.42 g; suma cukrów prostych: 88.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.17 kcal; Białko ogółem: 134.61 g; Tłuszcz: 86.20 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 92.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.87 kcal; Białko ogółem: 122.42 g; Tłuszcz: 86.39 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.34 g; suma cukrów prostych: 97.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.92 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 77.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2846.27 kcal; Białko ogółem: 154.12 g; Tłuszcz: 95.82 g; Węglowodany ogółem: 332.43 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.34 g; suma cukrów prostych: 94.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.70 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 80.64 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.58 g; suma cukrów prostych: 128.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.39 kcal; Białko ogółem: 122.20 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 67.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, poledwica sopočka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.67 kcal; Białko ogółem: 137.61 g; Tłuszcz: 85.49 g; Węglowodany ogółem: 370.54 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 92.41 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.30 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 286.98 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 75.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.60 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 51.15 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.98 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.47 kcal; Białko ogółem: 132.28 g; Tłuszcz: 73.05 g; Węglowodany ogółem: 331.69 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; suma cukrów prostych: 93.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.42 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 344.78 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; suma cukrów prostych: 105.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kisz. 120g(1,1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt,	Herbata bez cukru 250g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, margaryna roślinna lactima 10g, roszonek 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.39 kcal; Białko ogółem: 133.30 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 320.55 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.72 g; suma cukrów prostych: 81.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3083.87 kcal; Białko ogółem: 171.56 g; Tłuszcz: 116.51 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.25 g; suma cukrów prostych: 95.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.52 kcal; Białko ogółem: 123.39 g; Tłuszcz: 88.85 g; Węglowodany ogółem: 340.84 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.43 g; suma cukrów prostych: 95.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

Dietetyk

.....