

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2901.20 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 88.16 g; Węglowodany ogółem: 370.26 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.27 g; suma cukrów prostych: 91.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.03 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 369.10 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.62 g; suma cukrów prostych: 108.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;

poniedziałek 2024-12-09 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),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.43 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 370.65 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 109.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;

poniedziałek 2024-12-09 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), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.40 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 323.20 g; Sól: 4.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.48 g; suma cukrów prostych: 96.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.40 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 77.88 g; Węglowodany ogółem: 330.23 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.70 g; suma cukrów prostych: 99.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
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, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2794.43 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 79.51 g; Węglowodany ogółem: 371.95 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 109.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-09		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*, Sałata 10g, ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1938.93 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 246.34 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 66.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

poniedziałek 2024-12-09		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*, ziemniaki 250g, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.50 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 232.81 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 106.14 g; Błonnik pokarmowy: 14.11 g;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1900.91 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 230.23 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.24 g; suma cukrów prostych: 96.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.46 g;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Pulpet parowany 80g* (1,3), jabłko deserowe 1 szt. , Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.49 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 330.16 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 48.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszponką i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.24 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 74.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g;

poniedziałek 2024-12-09		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),	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml b/gl 350ml (13), filet z kurczaka gotowany 90g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1762.59 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 185.53 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 95.87 g; Błonnik pokarmowy: 14.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-09		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml b/gl 350ml (13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 120g b/ml (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1848.78 kcal; Białko ogółem: 59.35 g; Tłuszcz: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 322.35 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.36 g; suma cukrów prostych: 86.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

poniedziałek 2024-12-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.23 kcal; Białko ogółem: 67.56 g; Tłuszcz: 50.48 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.96 g; suma cukrów prostych: 107.84 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;

poniedziałek 2024-12-09		
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),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2655.43 kcal; Białko ogółem: 69.06 g; Tłuszcz: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 103.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g;

poniedziałek 2024-12-09		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka z czarnuszką 50g (1,8), rzodkiewka 100g, Herbata b/c 250g, roszonek 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), jabłko deserowe 1 szt. , Salata 10g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Herbata b/c 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.68 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.75 g; suma cukrów prostych: 77.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;

poniedziałek 2024-12-09		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3237.69 kcal; Białko ogółem: 128.87 g; Tłuszcz: 113.94 g; Węglowodany ogółem: 364.61 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.47 g; suma cukrów prostych: 120.63 g; Błonnik pokarmowy: 16.70 g;

poniedziałek 2024-12-09		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.89 kcal; Białko ogółem: 62.66 g; Tłuszcz: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 352.26 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 107.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.71 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 80.32 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; Sól: 10.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 94.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.71 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; Sól: 8.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 95.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.22 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 364.80 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.79 g; suma cukrów prostych: 98.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.22 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 97.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.37 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 60.24 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 80.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2786.31 kcal; Białko ogółem: 155.77 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Sól: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 98.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.82 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 84.32 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 98.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.72 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 102.88 g; Węglowodany ogółem: 246.28 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.49 g; suma cukrów prostych: 116.65 g; Błonnik pokarmowy: 15.88 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.61 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Sól: 8.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 100.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.41 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 326.57 g; Sól: 9.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 59.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.51 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 95.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.09 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemiaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, 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*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1783.50 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 43.18 g; Węglowodany ogółem: 267.70 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.96 g; suma cukrów prostych: 75.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem b/ml 350ml (8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.77 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; Sól: 10.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.00 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-10		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.91 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 45.17 g; Węglowodany ogółem: 279.40 g; Sól: 8.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.72 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;

wtorek 2024-12-10		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.41 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 59.80 g; Węglowodany ogółem: 353.39 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g; suma cukrów prostych: 106.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

wtorek 2024-12-10		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g (1), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.36 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 58.41 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; Sól: 9.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.70 g; suma cukrów prostych: 109.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g;

wtorek 2024-12-10		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 70g (2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2933.76 kcal; Białko ogółem: 164.27 g; Tłuszcz: 90.10 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; Sól: 9.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.58 g; suma cukrów prostych: 115.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2024-12-10		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.26 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; Sól: 8.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 78.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszponka 5g.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), sos spaghetti 180g z mięsem i warzywami*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron 200 g, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.03 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 85.02 g; Węglowodany ogółem: 385.27 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.00 g; suma cukrów prostych: 93.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.35 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.47 g; suma cukrów prostych: 73.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.95 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 79.15 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.82 g; suma cukrów prostych: 75.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2024-12-11 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. nat. 60g.(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.64 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 348.11 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.64 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 348.11 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), serek homog. nat. 60g.(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.15 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 76.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata 250g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2), sałata zielona 10g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.34 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 76.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.42 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 106.82 g; Węglowodany ogółem: 249.49 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.52 g; suma cukrów prostych: 98.95 g; Błonnik pokarmowy: 17.94 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), mus warzywno-owocowy 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.70 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.21 g; suma cukrów prostych: 78.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g;

środa 2024-12-11 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), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , rozszponka 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałata zielona 10g, kisiel b/c 250g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.90 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.80 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.34 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 76.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, dżem 25g - 1 szt., rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.04 kcal; Białko ogółem: 62.66 g; Tłuszcz: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 418.98 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.44 g; suma cukrów prostych: 96.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.55 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.82 g; suma cukrów prostych: 73.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2024-12-11		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.80 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 93.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g;

środa 2024-12-11		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, kisiel b/c 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 60.60 g; Węglowodany ogółem: 376.90 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.35 g; suma cukrów prostych: 85.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

środa 2024-12-11		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), ser żółty 60g (2), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3069.30 kcal; Białko ogółem: 155.45 g; Tłuszcz: 115.03 g; Węglowodany ogółem: 355.21 g; Sól: 9.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.48 g; suma cukrów prostych: 88.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g;

środa 2024-12-11		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.95 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 79.75 g; Węglowodany ogółem: 370.31 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; suma cukrów prostych: 99.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), szynka piastowska 50g(8),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), surówka bułgarska 120g,(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.23 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 97.71 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; Sól: 8.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.59 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.49 g; suma cukrów prostych: 84.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.99 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 86.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

czwartek 2024-12-12 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, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.46 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 55.68 g; Węglowodany ogółem: 308.20 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 80.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.23 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 314.41 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.59 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 88.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.51 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 78.38 g; Węglowodany ogółem: 264.44 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; suma cukrów prostych: 86.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153.94 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 87.63 g; Węglowodany ogółem: 239.32 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.52 g; suma cukrów prostych: 108.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.84 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), Napój roślinny 330ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.04 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 121.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska 120g,(3,11,13), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.47 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 77.76 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.42 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Błonnik pokarmowy: 37.23 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.39 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 55.30 g; Węglowodany ogółem: 370.96 g; Sól: 4.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1820.11 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 61.70 g; Węglowodany ogółem: 244.36 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), szynka piastowska 50g(8),	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, rukola 5g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1810.64 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.74 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.79 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; Sól: 4.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.84 g; suma cukrów prostych: 84.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.49 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 332.68 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.88 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.17 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 356.88 g; Sól: 8.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.33 g; suma cukrów prostych: 104.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.99 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.91 g; suma cukrów prostych: 86.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

czwartek 2024-12-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.69 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 359.02 g; Sól: 4.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.49 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszponka 5g , ogórek zielony 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, groszek zielony 120g, papryka 30g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.19 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 59.95 g; Węglowodany ogółem: 402.77 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 147.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2717.65 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 67.66 g; Węglowodany ogółem: 417.99 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 168.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

piątek 2024-12-13 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, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, 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), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.35 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 377.57 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.38 g; suma cukrów prostych: 152.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemiaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.42 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 413.90 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; suma cukrów prostych: 138.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, 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),	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.81 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 69.97 g; Węglowodany ogółem: 387.05 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 142.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2889.25 kcal; Białko ogółem: 131.29 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 425.59 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 173.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.63 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 319.47 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 103.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Masło 15g*(2), szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.30 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 96.23 g; Węglowodany ogółem: 248.79 g; Sól: 5.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.32 g; suma cukrów prostych: 99.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), szpinak gotowany 150g (2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.49 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 55.24 g; Węglowodany ogółem: 408.97 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; suma cukrów prostych: 152.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , ogórek zielony 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, papryka 30g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.58 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.58 g; suma cukrów prostych: 43.40 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2939.85 kcal; Białko ogółem: 125.65 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 460.55 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 169.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.29 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 59.36 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; suma cukrów prostych: 135.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

piątek 2024-12-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.15 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 402.61 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.89 g; suma cukrów prostych: 129.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-13		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.85 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 47.79 g; Węglowodany ogółem: 417.74 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.92 g; suma cukrów prostych: 168.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

piątek 2024-12-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, 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),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2831.05 kcal; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 420.09 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; suma cukrów prostych: 169.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

piątek 2024-12-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kakao 250ml (1,2), roszponka 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, papryka 30g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt., twaróg krajanka 30g. (2),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.99 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.40 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;

piątek 2024-12-13		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, 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), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3227.65 kcal; Białko ogółem: 163.24 g; Tłuszcz: 101.00 g; Węglowodany ogółem: 420.65 g; Sól: 8.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.90 g; suma cukrów prostych: 169.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

piątek 2024-12-13		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., dżem 50g, twaróg krajanka 30g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.80 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 396.21 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 147.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowy 150g m (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Masło 15g*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.54 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 389.16 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 110.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.48 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 100.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.90 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 374.91 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 102.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.50 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 103.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.87 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 71.21 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 102.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2889.23 kcal; Białko ogółem: 147.03 g; Tłuszcz: 89.31 g; Węglowodany ogółem: 373.12 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.37 g; suma cukrów prostych: 94.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.86 kcal; Białko ogółem: 65.21 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.09 g; suma cukrów prostych: 82.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.99 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 97.57 g; Węglowodany ogółem: 259.71 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.16 g; suma cukrów prostych: 110.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.07 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 316.50 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; suma cukrów prostych: 105.98 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gruszka 1 szt., bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. b/c 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.73 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.55 g; suma cukrów prostych: 61.47 g; Błonnik pokarmowy: 41.20 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.36 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 407.09 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; suma cukrów prostych: 92.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.37 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Sałata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.14 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 274.51 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.79 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.43 g;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.15 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 48.01 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.40 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-14		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.68 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 48.10 g; Węglowodany ogółem: 377.34 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.31 g; suma cukrów prostych: 99.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

sobota 2024-12-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2965.45 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 450.82 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 115.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

sobota 2024-12-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.46 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 390.54 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.19 g; suma cukrów prostych: 107.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.88 g;

sobota 2024-12-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3074.39 kcal; Białko ogółem: 155.60 g; Tłuszcz: 92.16 g; Węglowodany ogółem: 404.50 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.93 g; suma cukrów prostych: 118.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

sobota 2024-12-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 1 szt., Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2766.54 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 80.59 g; Węglowodany ogółem: 396.47 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.25 g; suma cukrów prostych: 118.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2877.85 kcal; Białko ogółem: 132.19 g; Tłuszcz: 104.73 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.36 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2764.92 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 104.27 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.27 g; suma cukrów prostych: 92.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, 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 homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.32 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 87.60 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.05 g; suma cukrów prostych: 97.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2861.92 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 108.18 g; Węglowodany ogółem: 354.00 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.07 g; suma cukrów prostych: 93.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.22 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 70.07 g; Węglowodany ogółem: 355.30 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 95.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2),
	Podwieczerek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.72 kcal; Białko ogółem: 159.16 g; Tłuszcz: 108.97 g; Węglowodany ogółem: 342.40 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.07 g; suma cukrów prostych: 105.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.95 kcal; Białko ogółem: 114.34 g; Tłuszcz: 93.17 g; Węglowodany ogółem: 302.11 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.46 g; suma cukrów prostych: 84.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.77 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 99.44 g; Węglowodany ogółem: 268.84 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.69 g; suma cukrów prostych: 111.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.50 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.16 g; suma cukrów prostych: 119.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.34 g;

niedziela 2024-12-15 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), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.22 kcal; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 100.06 g; Węglowodany ogółem: 314.82 g; Sól: 6.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.28 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.15 kcal; Białko ogółem: 130.29 g; Tłuszcz: 101.79 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.55 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.30 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 77.82 g; Węglowodany ogółem: 283.25 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.00 g; suma cukrów prostych: 82.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;

niedziela 2024-12-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: Pomarańcza 120g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.95 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 364.17 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.25 g; suma cukrów prostych: 69.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-15			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,		serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.12 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 71.31 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.45 g; suma cukrów prostych: 94.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

niedziela 2024-12-15			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.07 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 77.37 g; Węglowodany ogółem: 335.23 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.68 g; suma cukrów prostych: 107.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;

niedziela 2024-12-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), bekon z udźca indyka 50g (1,2,3), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 100g, margaryna roślinna lactima 10g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.47 kcal; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;

niedziela 2024-12-15			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), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),	
		Podwieczorek: Pomarańcza 120g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3235.72 kcal; Białko ogółem: 169.67 g; Tłuszcz: 137.41 g; Węglowodany ogółem: 330.79 g; Sól: 8.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.49 g; suma cukrów prostych: 92.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

niedziela 2024-12-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,		ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.47 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; Tłuszcz: 109.68 g; Węglowodany ogółem: 302.64 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.58 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.36 g;

Dietetyk

.....