

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2423.78 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 83.59 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;

<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.35 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 73.05 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 71.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
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 , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2462.75 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.56 g; suma cukrów prostych: 72.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
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 , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2509.79 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 92.61 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.74 g; suma cukrów prostych: 73.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g;

<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
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 , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2462.99 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.49 g; suma cukrów prostych: 77.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

<b>poniedziałek 2024-12-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka konserwowa 50g (8),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2828.05 kcal; Białko ogółem: 144.92 g; Tłuszcz: 105.89 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.11 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-30			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2218.70 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 95.15 g; Węglowodany ogółem: 247.90 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g;

poniedziałek 2024-12-30			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1903.08 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 92.35 g; Węglowodany ogółem: 178.16 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 62.04 g; Błonnik pokarmowy: 13.21 g;

poniedziałek 2024-12-30			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.92 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.35 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 310.12 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 54.64 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g;

poniedziałek 2024-12-30			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2162.97 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 70.85 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g; suma cukrów prostych: 54.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

poniedziałek 2024-12-30			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, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1949.40 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 274.19 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 79.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

poniedziałek 2024-12-30			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, sos koperkowy 120g b/ml (1), Ziemniaki 200g*,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.40 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 48.73 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.77 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

poniedziałek 2024-12-30		
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), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2084.27 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 75.78 g; Węglowodany ogółem: 270.76 g; Sól: 4.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 67.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.90 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 60.80 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; Sól: 9.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; suma cukrów prostych: 75.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3067.15 kcal; Białko ogółem: 166.98 g; Tłuszcz: 112.69 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.64 g; suma cukrów prostych: 89.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem i szpinakiem 100g(13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.15 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 322.87 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; suma cukrów prostych: 71.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g.	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.61 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 376.01 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 135.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.82 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 76.05 g; Węglowodany ogółem: 332.27 g; Sól: 7.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; suma cukrów prostych: 125.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.62 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.33 g; suma cukrów prostych: 106.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2097.70 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 57.46 g; Węglowodany ogółem: 322.40 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 105.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2096.70 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 57.46 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; Sól: 5.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 104.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2483.82 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 82.15 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.84 g; suma cukrów prostych: 128.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

<b>wtorek 2024-12-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2502.09 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 354.98 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 128.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 250g* (13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2119.79 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 244.49 g; Sól: 5.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.83 g; suma cukrów prostych: 70.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1953.62 kcal; Białko ogółem: 73.83 g; Tłuszcz: 74.48 g; Węglowodany ogółem: 261.70 g; Sól: 4.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 70.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1954.89 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 52.73 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; suma cukrów prostych: 99.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.25 g;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	barszcz czerwony 350 b/gluten b/ml(8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1941.19 kcal; Białko ogółem: 60.51 g; Tłuszcz: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.10 g; suma cukrów prostych: 97.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2151.22 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 50.21 g; Węglowodany ogółem: 336.09 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.65 g; suma cukrów prostych: 128.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pietruszkowy 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 ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2332.02 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 70.09 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; suma cukrów prostych: 128.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), papryka św. 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2134.62 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.82 g; suma cukrów prostych: 91.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2695.22 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 101.20 g; Węglowodany ogółem: 335.32 g; Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.65 g; suma cukrów prostych: 126.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2301.82 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 125.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2474.02 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 357.15 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 97.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2394.89 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 60.84 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 91.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.49 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 57.64 g; Węglowodany ogółem: 360.53 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 94.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.21 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 334.05 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; suma cukrów prostych: 92.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.21 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 334.05 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; suma cukrów prostych: 92.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka z czarnuszką 50g (1,8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.39 kcal; Białko ogółem: 134.59 g; Tłuszcz: 61.60 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 96.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

<b>środa 2025-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1755.51 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 210.88 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.52 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1537.36 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 68.28 g; Węglowodany ogółem: 155.48 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 87.58 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g;

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

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

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.82 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 331.62 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 57.34 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.32 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 61.13 g; Węglowodany ogółem: 315.93 g; Sól: 4.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1735.97 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 258.07 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; suma cukrów prostych: 92.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

środa 2025-01-01 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml 350ml (8,13), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2206.45 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 399.73 g; Sól: 7.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.56 g; suma cukrów prostych: 72.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2215.09 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.73 g; suma cukrów prostych: 92.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2467.48 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 397.48 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; suma cukrów prostych: 113.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , surówka bułgarska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2504.77 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.46 g; suma cukrów prostych: 101.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka z czarnuszką 50g (1,8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2975.79 kcal; Białko ogółem: 175.27 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 382.58 g; Sól: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.09 g; suma cukrów prostych: 113.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2392.89 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 61.75 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 89.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka piastowska 50g(8), rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2644.69 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 86.62 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 83.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2258.69 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 61.28 g; Węglowodany ogółem: 338.72 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 80.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2399.29 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.21 g; suma cukrów prostych: 87.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.99 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; suma cukrów prostych: 87.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.99 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 87.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2449.89 kcal; Białko ogółem: 123.27 g; Tłuszcz: 62.10 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 88.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

<b>czwartek 2025-01-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.29 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.13 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2276.94 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 90.11 g; Węglowodany ogółem: 258.12 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.74 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 69.16 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 93.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.81 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 60.93 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.92 g; suma cukrów prostych: 42.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2215.16 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 329.98 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 86.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab 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*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1865.70 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 265.66 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 79.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

czwartek 2025-01-02 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1776.13 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 308.07 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.23 g; suma cukrów prostych: 59.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2169.49 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.41 g; suma cukrów prostych: 86.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2395.69 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 56.78 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 100.78 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czamuską 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g , kajzerka 50g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2121.26 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 48.94 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.22 g; suma cukrów prostych: 64.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2920.69 kcal; Białko ogółem: 165.01 g; Tłuszcz: 95.24 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.46 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2350.29 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.07 g; suma cukrów prostych: 86.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2779.76 kcal; Białko ogółem: 118.14 g; Tłuszcz: 94.97 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 129.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2452.39 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 355.10 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 126.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.09 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 333.58 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 128.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2262.53 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 90.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.66 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 66.50 g; Węglowodany ogółem: 348.05 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; suma cukrów prostych: 104.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2665.29 kcal; Białko ogółem: 137.58 g; Tłuszcz: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; suma cukrów prostych: 132.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2649.23 kcal; Białko ogółem: 126.64 g; Tłuszcz: 94.38 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 105.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

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

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2470.10 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 81.75 g; Węglowodany ogółem: 345.91 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.04 g; suma cukrów prostych: 110.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 298.90 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.47 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 200g (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2363.24 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.40 g; suma cukrów prostych: 130.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane b/mąki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1885.23 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; Sól: 4.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

piątek 2025-01-03 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1916.77 kcal; Białko ogółem: 73.47 g; Tłuszcz: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; Sól: 8.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.41 g; suma cukrów prostych: 99.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2332.49 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.01 g; suma cukrów prostych: 127.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2504.29 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 357.20 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 127.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.59 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 348.27 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.27 g; suma cukrów prostych: 106.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2985.99 kcal; Białko ogółem: 170.56 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 373.64 g; Sól: 8.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.16 g; suma cukrów prostych: 143.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2504.29 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 357.20 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 127.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2801.55 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 83.72 g; Węglowodany ogółem: 423.07 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.84 g; suma cukrów prostych: 118.60 g; Błonnik pokarmowy: 36.90 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.42 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 108.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2655.02 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 378.91 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; suma cukrów prostych: 110.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.60 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 112.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2583.29 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 87.77 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 93.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2803.77 kcal; Białko ogółem: 144.25 g; Tłuszcz: 86.30 g; Węglowodany ogółem: 366.99 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.37 g; suma cukrów prostych: 97.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

<b>sobota 2025-01-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,



## Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

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

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</span>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
		<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt.,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2270.80 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 137.29 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, gruszką 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.92 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 92.73 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; Sól: 9.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 59.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g;

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
		<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2474.87 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 382.93 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.01 g; suma cukrów prostych: 92.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g;

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemiaczana b-mąki350ml(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1799.30 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 258.30 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 70.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</span>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
		<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2022.95 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.17 g; suma cukrów prostych: 87.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

sobota 2025-01-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</span>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
		<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.22 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 378.07 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.87 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ryż z jabłkami 350g.*, ziemniaki 250g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2590.45 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 415.54 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 126.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: sok warzywny 150ml,		Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.67 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 80.12 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; Sól: 10.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.33 g; suma cukrów prostych: 75.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2974.62 kcal; Białko ogółem: 160.99 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 362.06 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.58 g; suma cukrów prostych: 93.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

sobota 2025-01-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, mandarynki 150g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2556.92 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 72.63 g; Węglowodany ogółem: 391.15 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 117.20 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2671.82 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 96.01 g; Węglowodany ogółem: 331.82 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 94.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2574.32 kcal; Białko ogółem: 124.67 g; Tłuszcz: 83.79 g; Węglowodany ogółem: 333.39 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 92.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.02 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.23 g; suma cukrów prostych: 97.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.07 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 77.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.97 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; suma cukrów prostych: 77.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2771.42 kcal; Białko ogółem: 143.03 g; Tłuszcz: 93.51 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.45 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

<b>niedziela 2025-01-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2641.85 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.47 g; suma cukrów prostych: 128.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g;

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, polewka sopočka 50g(1,8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.92 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 89.93 g; Węglowodany ogółem: 314.60 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 73.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g;

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polewka sopočka 50g(1,8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2766.82 kcal; Białko ogółem: 137.32 g; Tłuszcz: 85.13 g; Węglowodany ogółem: 374.25 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 92.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.87 g;

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

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

niedziela 2025-01-05 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.62 kcal; Białko ogółem: 131.99 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 335.40 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 93.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.57 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 105.37 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt,	Herbata bez cukru 250g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, margaryna roślinna lactima 10g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2508.07 kcal; Białko ogółem: 124.74 g; Tłuszcz: 77.65 g; Węglowodany ogółem: 330.65 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.88 g; suma cukrów prostych: 87.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3009.02 kcal; Białko ogółem: 160.47 g; Tłuszcz: 114.20 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; Sól: 7.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.37 g; suma cukrów prostych: 95.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2588.67 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 95.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

## Dietetyk

.....