

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3064.04 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 439.53 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.90 g; suma cukrów prostych: 115.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2825.13 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 407.84 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 108.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

<b>poniedziałek 2025-01-13</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 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g,	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> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2962.33 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 412.74 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 113.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

<b>poniedziałek 2025-01-13</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 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.86 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 369.61 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.79 g; suma cukrów prostych: 101.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

<b>poniedziałek 2025-01-13</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 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2663.63 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.92 g; suma cukrów prostych: 103.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

<b>poniedziałek 2025-01-13</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), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2962.33 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 412.74 g; Sól: 5.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 113.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-13			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo,brokulem,szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2527.43 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 74.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

poniedziałek 2025-01-13			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*, rukola 5g,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo,brokulem,szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2333.18 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 103.56 g; Węglowodany ogółem: 253.35 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.70 g; suma cukrów prostych: 94.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;

poniedziałek 2025-01-13			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), Mus warzywno-owocowy 100g*, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo,brokulem,szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2540.00 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 371.55 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

poniedziałek 2025-01-13			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Grejfrut 1/2 szt, Ziemniaki 200g*,	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), pomidor 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo,brokulem,szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2241.50 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; Sól: 4.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.00 g;

poniedziałek 2025-01-13			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo,brokulem,szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2480.90 kcal; Białko ogółem: 77.06 g; Tłuszcz: 77.39 g; Węglowodany ogółem: 389.15 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 100.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2087.00 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 63.75 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 107.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-13		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.90 kcal; Białko ogółem: 65.97 g; Tłuszcz: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 435.78 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.20 g; suma cukrów prostych: 122.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

poniedziałek 2025-01-13		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2644.33 kcal; Białko ogółem: 67.48 g; Tłuszcz: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 407.60 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.77 g; suma cukrów prostych: 108.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

poniedziałek 2025-01-13		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2900.23 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 404.41 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 122.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g;

poniedziałek 2025-01-13		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Grejfrut 1/2 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.03 kcal; Białko ogółem: 71.80 g; Tłuszcz: 55.72 g; Węglowodany ogółem: 384.46 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.66 g; suma cukrów prostych: 83.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;

poniedziałek 2025-01-13		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3541.83 kcal; Białko ogółem: 133.64 g; Tłuszcz: 103.58 g; Węglowodany ogółem: 449.64 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.61 g; suma cukrów prostych: 111.27 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g;

poniedziałek 2025-01-13		
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), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, szynką, szpinakiem baby 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2825.13 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 407.84 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 108.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z łososiem i tołągą 70g (1,4), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, rozszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.13 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 87.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2281.55 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 61.23 g; Węglowodany ogółem: 332.11 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

<b>wtorek 2025-01-14</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, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g.(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.55 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 310.29 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

<b>wtorek 2025-01-14</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), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g.(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2441.70 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 82.11 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.99 g; suma cukrów prostych: 71.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

<b>wtorek 2025-01-14</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), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g.(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.63 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 85.64 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.55 g; suma cukrów prostych: 74.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

<b>wtorek 2025-01-14</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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog. naturalny 70g. (2), rozszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog. nat. 60g.(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2492.15 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.53 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 99.31 g; Węglowodany ogółem: 305.42 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.59 g; suma cukrów prostych: 75.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2085.46 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 81.86 g; Węglowodany ogółem: 251.22 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 97.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.61 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2508.50 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; Sól: 5.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 108.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Sałatka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2039.98 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz: 60.95 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; Sól: 7.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.51 g; suma cukrów prostych: 61.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2196.88 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 78.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homog. nat. 60g.(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2025.00 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 71.23 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.06 g; suma cukrów prostych: 78.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2293.80 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 420.81 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.88 g; suma cukrów prostych: 62.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.75 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.21 g; suma cukrów prostych: 69.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2392.00 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 63.45 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.88 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 52.42 g; Węglowodany ogółem: 369.42 g; Sól: 9.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.82 g; suma cukrów prostych: 106.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), roszponka 5g, ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog. nat. 60g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3020.65 kcal; Białko ogółem: 158.30 g; Tłuszcz: 114.90 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; Sól: 7.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.79 g; suma cukrów prostych: 76.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.86 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 350.14 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 70.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 140g (1), surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 120.30 g; Tłuszcz: 89.18 g; Węglowodany ogółem: 358.80 g; Sól: 8.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 104.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2748.33 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 365.52 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.68 g; suma cukrów prostych: 109.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.25 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 84.38 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 103.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2302.46 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; Sól: 7.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 98.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.50 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 86.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2861.73 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 96.31 g; Węglowodany ogółem: 367.62 g; Sól: 7.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.26 g; suma cukrów prostych: 111.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

<b>środa 2025-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2108.35 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 278.04 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2156.65 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 90.91 g; Węglowodany ogółem: 225.98 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; suma cukrów prostych: 117.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2560.32 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 76.45 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 110.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salatką zieloną i nasionami słonecznika 100g*, <b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2), <b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.55 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 326.56 g; Sól: 8.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 68.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2), <b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2859.20 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 86.79 g; Węglowodany ogółem: 411.02 g; Sól: 8.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 109.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1948.61 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 245.93 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 78.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g;

środa 2025-01-15 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 , Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*, sos koperkowy 120g b/ml (1), <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2159.61 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz: 46.00 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; Sól: 10.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.97 g; suma cukrów prostych: 83.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-15			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2567.53 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 365.27 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; suma cukrów prostych: 109.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

środa 2025-01-15			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.16 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 84.54 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.91 g; suma cukrów prostych: 119.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

środa 2025-01-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),		Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2628.05 kcal; Białko ogółem: 135.32 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.74 g; suma cukrów prostych: 94.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

środa 2025-01-15			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),		Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3377.13 kcal; Białko ogółem: 182.34 g; Tłuszcz: 125.95 g; Węglowodany ogółem: 380.08 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.41 g; suma cukrów prostych: 122.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

środa 2025-01-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,		wątróbka drobiowa gotowana 140g, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2657.28 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; suma cukrów prostych: 93.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszponka 5g ,	żurek z ziemn. 350ml.(1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.46 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 89.41 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; Sól: 8.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g;

<b>czwartek 2025-01-16</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), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.27 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 357.01 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 79.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

<b>czwartek 2025-01-16</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 , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2460.47 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 83.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

<b>czwartek 2025-01-16</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), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.28 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 76.87 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.36 g; suma cukrów prostych: 82.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

<b>czwartek 2025-01-16</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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2359.28 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

<b>czwartek 2025-01-16</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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.27 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 361.56 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 82.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2547.10 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 102.62 g; Węglowodany ogółem: 298.29 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.17 g; suma cukrów prostych: 77.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2604.05 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 113.83 g; Węglowodany ogółem: 278.35 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.80 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.62 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 107.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.67 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 352.45 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2314.32 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 87.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1853.01 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 57.62 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; Sól: 4.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 88.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1885.09 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 316.54 g; Sól: 9.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.84 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2163.47 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.47 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	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>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.27 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.42 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 49.62 g; Węglowodany ogółem: 386.72 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.59 g; suma cukrów prostych: 106.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3210.27 kcal; Białko ogółem: 168.68 g; Tłuszcz: 101.04 g; Węglowodany ogółem: 411.82 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.42 g; suma cukrów prostych: 94.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.27 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 357.01 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 79.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250g*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2659.50 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 98.77 g; Węglowodany ogółem: 341.49 g; Sól: 7.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

<b>piątek 2025-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.62 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; suma cukrów prostych: 91.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

<b>piątek 2025-01-17</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), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2399.82 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 92.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;

<b>piątek 2025-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.78 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 85.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

<b>piątek 2025-01-17</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), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.38 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 313.58 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.42 g; suma cukrów prostych: 70.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

<b>piątek 2025-01-17</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), Sałatka z białej rzodkwi z roszką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2494.02 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 92.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

<b>piątek 2025-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.37 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 97.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;

piątek 2025-01-17 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2414.50 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 114.31 g; Węglowodany ogółem: 235.12 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.83 g; suma cukrów prostych: 115.43 g; Błonnik pokarmowy: 13.93 g;

piątek 2025-01-17 <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), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.80 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.28 g; suma cukrów prostych: 81.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g;

piątek 2025-01-17 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salátka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.56 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 73.54 g; Węglowodany ogółem: 328.27 g; Sól: 8.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

piątek 2025-01-17 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Salátka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2624.47 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 78.74 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 95.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g;

piątek 2025-01-17 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Salátka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1896.62 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;

piątek 2025-01-17 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Salátka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Szpinak 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2227.33 kcal; Białko ogółem: 77.12 g; Tłuszcz: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 396.73 g; Sól: 7.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.66 g; suma cukrów prostych: 78.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-17		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., Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2182.22 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.26 g; suma cukrów prostych: 91.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

piątek 2025-01-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2494.02 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 92.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

piątek 2025-01-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, ogórek zielony 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2236.17 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; Sól: 9.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.36 g; suma cukrów prostych: 95.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

piątek 2025-01-17		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2991.67 kcal; Białko ogółem: 142.78 g; Tłuszcz: 124.08 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.63 g; suma cukrów prostych: 91.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

piątek 2025-01-17		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.02 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 69.14 g; Węglowodany ogółem: 330.28 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; suma cukrów prostych: 92.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.53 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 319.68 g; Sól: 8.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.44 g; suma cukrów prostych: 97.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2420.31 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 91.30 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 91.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2760.39 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 103.00 g; Węglowodany ogółem: 347.20 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; suma cukrów prostych: 94.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

<b>sobota 2025-01-18</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), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2372.26 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 88.92 g; Węglowodany ogółem: 298.85 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.66 g; suma cukrów prostych: 96.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), papryka św. 100g , Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.57 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 81.74 g; Węglowodany ogółem: 302.72 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 98.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2521.46 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 94.94 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 81.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

<b>sobota 2025-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2412.01 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 301.42 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.00 g; suma cukrów prostych: 104.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*(1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2456.06 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 109.53 g; Węglowodany ogółem: 262.34 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.10 g; suma cukrów prostych: 131.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.66 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 61.48 g; Węglowodany ogółem: 309.19 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 95.28 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2216.16 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 84.89 g; Węglowodany ogółem: 299.86 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 42.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.06 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 90.73 g; Węglowodany ogółem: 312.20 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 57.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1992.89 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 270.84 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 73.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony czysty -400, Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1980.65 kcal; Białko ogółem: 65.78 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 263.05 g; Sól: 8.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.35 g; suma cukrów prostych: 82.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2308.11 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 316.69 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.99 g; suma cukrów prostych: 93.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

sobota 2025-01-18		
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), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.24 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 100.09 g; Węglowodany ogółem: 309.92 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; suma cukrów prostych: 92.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.88 g;

sobota 2025-01-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Grejfrut 1/2 szt , Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2224.86 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 307.68 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.14 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

sobota 2025-01-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Grejfrut 1/2 szt , Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozszponka 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2712.66 kcal; Białko ogółem: 125.90 g; Tłuszcz: 111.11 g; Węglowodany ogółem: 304.30 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.70 g; suma cukrów prostych: 80.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g;

sobota 2025-01-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), mandarynka 1 szt., Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.11 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 87.93 g; Węglowodany ogółem: 309.12 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; suma cukrów prostych: 88.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, rozszponka 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2798.05 kcal; Białko ogółem: 132.44 g; Tłuszcz: 94.00 g; Węglowodany ogółem: 360.26 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.59 g; suma cukrów prostych: 109.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rozszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2684.75 kcal; Białko ogółem: 130.82 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 109.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>niedziela 2025-01-19</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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2600.95 kcal; Białko ogółem: 134.58 g; Tłuszcz: 81.47 g; Węglowodany ogółem: 337.76 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 115.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (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), twaróg krajanka 70g (2), 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*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2578.45 kcal; Białko ogółem: 126.20 g; Tłuszcz: 75.78 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 111.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony 100g, rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2676.35 kcal; Białko ogółem: 118.28 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 376.83 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.61 g; suma cukrów prostych: 112.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2800.75 kcal; Białko ogółem: 165.04 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 111.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2394.47 kcal; Białko ogółem: 128.26 g; Tłuszcz: 83.24 g; Węglowodany ogółem: 297.87 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 97.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.45 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 95.41 g; Węglowodany ogółem: 239.81 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.33 g; suma cukrów prostych: 118.08 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2132.10 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 281.93 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.91 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.30 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 85.72 g; Węglowodany ogółem: 316.73 g; Sól: 7.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 77.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, roszponka 5g , rzodkiewka 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2374.43 kcal; Białko ogółem: 126.20 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 309.77 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 68.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, 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 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2388.30 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 301.82 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 102.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g;

niedziela 2025-01-19 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2430.63 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.19 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-01-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.55 kcal; Białko ogółem: 144.43 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 352.60 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; suma cukrów prostych: 111.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

niedziela 2025-01-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2911.20 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 71.08 g; Węglowodany ogółem: 452.91 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; suma cukrów prostych: 151.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

niedziela 2025-01-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g, roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ogórek konserwowy 120g, Masło 15g*(2), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2584.65 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 358.33 g; Sól: 8.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g; suma cukrów prostych: 112.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

niedziela 2025-01-19		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3021.75 kcal; Białko ogółem: 163.82 g; Tłuszcz: 108.45 g; Węglowodany ogółem: 352.44 g; Sól: 8.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.89 g; suma cukrów prostych: 109.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

niedziela 2025-01-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2367.20 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 57.54 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 114.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

## Dietetyk

.....