

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Łazanki z kapustą kisz. i mięsem. 300g*(1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka piastowska 50g(8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.49 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 362.78 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 98.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.34 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 367.43 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.72 g; suma cukrów prostych: 96.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
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), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.74 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 370.02 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g; suma cukrów prostych: 99.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.60 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 99.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.78 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 348.77 g; Sól: 6.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 102.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
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, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.54 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.80 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 273.10 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.26 g; suma cukrów prostych: 78.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.25 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 94.21 g; Węglowodany ogółem: 249.81 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; suma cukrów prostych: 105.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
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), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.55 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 71.30 g; Węglowodany ogółem: 365.07 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 109.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1760.04 kcal; Białko ogółem: 55.65 g; Tłuszcz: 64.11 g; Węglowodany ogółem: 252.62 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.90 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 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 owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.64 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 46.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2000.70 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 269.16 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.18 g; suma cukrów prostych: 103.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1901.80 kcal; Białko ogółem: 55.72 g; Tłuszcz: 43.88 g; Węglowodany ogółem: 323.76 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.06 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-20			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.54 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 59.52 g; Węglowodany ogółem: 367.19 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.43 g; suma cukrów prostych: 96.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

poniedziałek 2025-01-20			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszonek 5g , pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.19 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 80.43 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 131.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

poniedziałek 2025-01-20			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1847.49 kcal; Białko ogółem: 68.50 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 270.86 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.00 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

poniedziałek 2025-01-20			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
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, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Banan 1 szt, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
				Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3184.54 kcal; Białko ogółem: 143.20 g; Tłuszcz: 118.73 g; Węglowodany ogółem: 388.98 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.17 g; suma cukrów prostych: 116.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

poniedziałek 2025-01-20			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13),		Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.95 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 375.11 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.65 g; suma cukrów prostych: 107.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13),	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.71 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 358.46 g; Sól: 7.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 103.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.48 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 351.02 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.71 g; suma cukrów prostych: 96.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.44 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g.	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.97 kcal; Białko ogółem: 113.06 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 303.04 g; Sól: 4.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 94.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.87 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.10 kcal; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 62.39 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2102.84 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 277.39 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 83.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.62 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 58.64 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.24 g; suma cukrów prostych: 94.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.94 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 107.69 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.24 g; suma cukrów prostych: 131.80 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.19 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 99.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, chleb razowy 40g(1), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), mandarynki 150g,	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biskopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.49 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 58.85 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.81 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, chleb razowy 40g(1), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.22 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 56.61 g; Węglowodany ogółem: 416.12 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.43 g; suma cukrów prostych: 83.98 g; Błonnik pokarmowy: 37.00 g;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1808.30 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 254.16 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.44 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

wtorek 2025-01-21 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, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g , margaryna roślinna lactima 10g ,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.34 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 342.59 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.40 g; suma cukrów prostych: 81.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-21			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,			
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.83 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 53.39 g; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.20 g; suma cukrów prostych: 101.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

wtorek 2025-01-21			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.17 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 356.20 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

wtorek 2025-01-21			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 70g (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), mandarynki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.97 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 57.55 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; Sól: 7.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.85 g; suma cukrów prostych: 104.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

wtorek 2025-01-21			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.69 kcal; Białko ogółem: 131.49 g; Tłuszcz: 66.99 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 81.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

wtorek 2025-01-21			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.19 kcal; Białko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 60.21 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, 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), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.76 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 351.24 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 84.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.66 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 383.27 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 107.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.13 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 399.01 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; suma cukrów prostych: 112.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g, 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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.97 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 376.48 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 109.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.57 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 110.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.86 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.36 g; suma cukrów prostych: 111.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.24 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

środa 2025-01-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.20 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 88.36 g; Węglowodany ogółem: 225.32 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.28 g; suma cukrów prostych: 86.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g;

środa 2025-01-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.40 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 111.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

środa 2025-01-22 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 35g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.21 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.00 g;

środa 2025-01-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.86 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 73.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.77 g;

środa 2025-01-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.29 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 76.96 g; Węglowodany ogółem: 360.30 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 97.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

środa 2025-01-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.90 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 45.57 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.17 g; suma cukrów prostych: 91.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-22		
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., twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.96 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 385.47 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.08 g; suma cukrów prostych: 109.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Gulasz warzywny 160g (1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.10 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 87.83 g; Węglowodany ogółem: 391.97 g; Sól: 6.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.54 g; suma cukrów prostych: 105.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.36 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 55.10 g; Węglowodany ogółem: 354.77 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.87 g; suma cukrów prostych: 81.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3060.06 kcal; Białko ogółem: 143.50 g; Tłuszcz: 105.94 g; Węglowodany ogółem: 386.98 g; Sól: 8.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.38 g; suma cukrów prostych: 109.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.16 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 73.88 g; Węglowodany ogółem: 380.87 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 103.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2875.13 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 90.36 g; Węglowodany ogółem: 416.56 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 122.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.00 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.72 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 65.22 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 97.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.82 kcal; Białko ogółem: 130.88 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 103.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.39 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 55.53 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 94.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.24 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 335.39 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; suma cukrów prostych: 88.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.92 kcal; Białko ogółem: 138.50 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 101.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.82 kcal; Białko ogółem: 130.56 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 311.17 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.77 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.14 kcal; Białko ogółem: 112.96 g; Tłuszcz: 93.52 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.96 g; suma cukrów prostych: 121.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.09 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 71.10 g; Węglowodany ogółem: 369.30 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.85 g; suma cukrów prostych: 124.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.72 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 78.18 g; Węglowodany ogółem: 333.62 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.76 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.02 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 389.36 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 78.82 g; Błonnik pokarmowy: 45.88 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1960.01 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 258.44 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; suma cukrów prostych: 87.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

czwartek 2025-01-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1791.91 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.29 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-23		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g, rzodkiewka 100g, rosółka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.92 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 360.05 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.29 g; suma cukrów prostych: 96.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

czwartek 2025-01-23		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rosółka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.54 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 88.62 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; Sól: 7.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.39 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;

czwartek 2025-01-23		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g, rosółka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), schab gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.42 kcal; Białko ogółem: 124.38 g; Tłuszcz: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.30 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

czwartek 2025-01-23		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 100g, rosółka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	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), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.32 kcal; Białko ogółem: 149.64 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 99.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

czwartek 2025-01-23		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g, rzodkiewka 100g, rosółka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.32 kcal; Białko ogółem: 130.04 g; Tłuszcz: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 101.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), twarożek 70g (2).	Porowa z ryżem 350ml (1,2,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, papryka 30g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3008.94 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 123.31 g; Węglowodany ogółem: 349.45 g; Sól: 8.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.81 g; suma cukrów prostych: 97.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.72 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 98.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki b/soli 200g m, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.12 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 80.98 g; Węglowodany ogółem: 308.43 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; suma cukrów prostych: 101.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.52 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 337.73 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.61 g; suma cukrów prostych: 91.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.49 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.82 g; suma cukrów prostych: 82.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twarożek 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2672.62 kcal; Białko ogółem: 145.36 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 336.81 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 105.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1880.69 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 62.29 g; Węglowodany ogółem: 250.47 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.61 g; suma cukrów prostych: 69.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.67 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 93.40 g; Węglowodany ogółem: 208.55 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; suma cukrów prostych: 105.94 g; Błonnik pokarmowy: 13.33 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.40 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 75.31 g; Węglowodany ogółem: 350.90 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 131.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), papryka 30g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.19 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 74.82 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 62.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.45 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.67 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 79.62 g; Węglowodany ogółem: 348.29 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 77.16 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g;

piątek 2025-01-24 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 nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.11 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 248.97 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 62.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.97 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.14 g; suma cukrów prostych: 65.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-24 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., twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.92 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.51 g; suma cukrów prostych: 98.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.89 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 253.28 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 83.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;

piątek 2025-01-24 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*, twarożek 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), papryka 30g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.14 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 61.62 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.49 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twarożek 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2768.92 kcal; Białko ogółem: 152.05 g; Tłuszcz: 84.95 g; Węglowodany ogółem: 352.20 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; suma cukrów prostych: 120.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Banan 1 szt,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.47 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 80.03 g; Węglowodany ogółem: 377.74 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 123.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.55 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 82.07 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 91.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
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), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.11 kcal; Białko ogółem: 67.38 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 327.31 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.11 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 61.60 g; Węglowodany ogółem: 355.97 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 116.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.38 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; Sól: 7.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; suma cukrów prostych: 99.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.32 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 61.42 g; Węglowodany ogółem: 316.58 g; Sól: 6.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g; suma cukrów prostych: 109.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.16 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 73.11 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 96.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.50 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 398.87 g; Sól: 1.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 97.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.47 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 101.11 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.11 g; suma cukrów prostych: 124.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.87 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 101.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynki 150g, Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.81 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 305.61 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 68.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.60 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.28 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 66.75 g; Błonnik pokarmowy: 42.87 g;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, buraczki gotowane b/mąki 120g, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.79 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;

sobota 2025-01-25 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 , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), buraczki gotowane b/mleka 120g(1), sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1850.80 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 326.03 g; Sól: 9.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.69 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-01-25		
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., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1946.31 kcal; Białko ogółem: 67.13 g; Tłuszcz: 43.53 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.77 g; suma cukrów prostych: 87.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

sobota 2025-01-25		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.91 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 76.65 g; Węglowodany ogółem: 365.02 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 119.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

sobota 2025-01-25		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynki 150g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.86 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 326.49 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.93 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;

sobota 2025-01-25		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.66 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; Sól: 7.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.28 g; suma cukrów prostych: 108.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

sobota 2025-01-25		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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), ogórek zielony 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.99 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 326.49 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.38 g; suma cukrów prostych: 80.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Masło 15g*(2), roszonek 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.44 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 111.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.09 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 363.49 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 121.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2713.39 kcal; Białko ogółem: 134.55 g; Tłuszcz: 90.63 g; Węglowodany ogółem: 340.47 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.64 g; suma cukrów prostych: 122.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, 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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.09 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 365.59 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 123.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.70 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 373.42 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 106.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2913.19 kcal; Białko ogółem: 150.25 g; Tłuszcz: 94.16 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.59 g; suma cukrów prostych: 125.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1840.64 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz: 51.94 g; Węglowodany ogółem: 275.84 g; Sól: 1.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.46 g; suma cukrów prostych: 78.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.14 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 90.44 g; Węglowodany ogółem: 224.32 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.08 g; suma cukrów prostych: 106.06 g; Błonnik pokarmowy: 15.64 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), 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),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.19 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 356.64 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 126.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.32 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 85.14 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2868.46 kcal; Białko ogółem: 134.97 g; Tłuszcz: 85.97 g; Węglowodany ogółem: 405.70 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 127.39 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.63 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 79.98 g; Węglowodany ogółem: 312.47 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

niedziela 2025-01-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.80 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 323.37 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.03 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-01-26		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.29 kcal; Białko ogółem: 132.50 g; Tłuszcz: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.91 g; suma cukrów prostych: 121.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

niedziela 2025-01-26		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), 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), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.14 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 78.36 g; Węglowodany ogółem: 388.21 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 121.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

niedziela 2025-01-26		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2629.60 kcal; Białko ogółem: 136.67 g; Tłuszcz: 69.91 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.48 g; suma cukrów prostych: 121.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

niedziela 2025-01-26		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3199.89 kcal; Białko ogółem: 174.49 g; Tłuszcz: 116.59 g; Węglowodany ogółem: 364.75 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.42 g; suma cukrów prostych: 121.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

niedziela 2025-01-26		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.70 kcal; Białko ogółem: 128.53 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.29 g; suma cukrów prostych: 110.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

Dietetyk

.....