

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pomidor 100g,	grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2513.24 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; suma cukrów prostych: 78.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2315.89 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 67.85 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 84.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;

<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.29 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 328.17 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;

<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.66 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 89.97 g; Węglowodany ogółem: 321.58 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.28 g; suma cukrów prostych: 72.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2404.04 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 77.69 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.19 g; suma cukrów prostych: 79.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g;

<b>poniedziałek 2025-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2740.19 kcal; Białko ogółem: 139.45 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.89 g; suma cukrów prostych: 88.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2099.50 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 85.25 g; Węglowodany ogółem: 255.28 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1783.88 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 185.54 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), szynka konserwowa 50g (8),			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2508.31 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 378.34 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 84.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i miesem drobiowym 350g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Biskopcy bez cukru 30g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1934.81 kcal; Białko ogółem: 65.63 g; Tłuszcz: 82.14 g; Węglowodany ogółem: 243.34 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, makaron razowy ze szpinakiem i miesem drobiowym 350g (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1867.43 kcal; Białko ogółem: 64.06 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 231.90 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 59.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

poniedziałek 2025-01-27			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1942.30 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 271.74 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 77.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

poniedziałek 2025-01-27			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 , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2062.55 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 44.68 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Sól: 7.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.06 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.89 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 334.14 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.89 g; suma cukrów prostych: 96.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 g;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałata zielona 10g, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.19 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.88 g; suma cukrów prostych: 82.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka piastowska 50g(8), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i miesem drobiowym 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1992.56 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 263.96 g; Sól: 9.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.01 g; suma cukrów prostych: 79.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3040.79 kcal; Białko ogółem: 170.61 g; Tłuszcz: 105.04 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.21 g; suma cukrów prostych: 104.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g;

poniedziałek 2025-01-27		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2346.79 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 87.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos musztardowy 100ml (1,2,11),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2757.62 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 84.58 g; Węglowodany ogółem: 379.49 g; Sól: 8.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.58 g; suma cukrów prostych: 127.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2729.30 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 80.99 g; Węglowodany ogółem: 383.54 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; suma cukrów prostych: 124.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2504.10 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; suma cukrów prostych: 105.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.22 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 357.18 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 109.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.22 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 357.48 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2823.30 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 387.84 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.73 g; suma cukrów prostych: 127.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

<b>wtorek 2025-01-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 68.95 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1875.92 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 70.09 g; Węglowodany ogółem: 223.16 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 114.75 g; Błonnik pokarmowy: 12.83 g;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2584.05 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 123.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2259.17 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 80.19 g; Węglowodany ogółem: 287.55 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 63.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; Sól: 4.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 63.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.30 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 106.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;

wtorek 2025-01-28 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 , rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2175.98 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 377.89 g; Sól: 8.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.03 g; suma cukrów prostych: 96.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-01-28			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.70 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 55.15 g; Węglowodany ogółem: 387.36 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.54 g; suma cukrów prostych: 127.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

wtorek 2025-01-28			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2651.95 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 67.31 g; Węglowodany ogółem: 422.40 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 132.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g;

wtorek 2025-01-28			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), serek homog.naturalny 70g. (2), papryka św. 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2445.62 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 338.52 g; Sól: 8.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; suma cukrów prostych: 83.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

wtorek 2025-01-28			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3034.70 kcal; Białko ogółem: 140.95 g; Tłuszcz: 106.14 g; Węglowodany ogółem: 386.59 g; Sól: 7.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.53 g; suma cukrów prostych: 125.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

wtorek 2025-01-28			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,		Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), 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, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2641.30 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 383.29 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.96 g; suma cukrów prostych: 123.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2334.57 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 80.85 g; Węglowodany ogółem: 306.95 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 103.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.78 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 65.27 g; Węglowodany ogółem: 296.92 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.86 g; suma cukrów prostych: 92.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2193.38 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 63.22 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.96 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2156.71 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 48.57 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 88.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2182.78 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 50.65 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; suma cukrów prostych: 90.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2494.08 kcal; Białko ogółem: 132.90 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>środa 2025-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

środa 2025-01-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

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

środa 2025-01-29 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)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.51 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 53.41 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 118.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

środa 2025-01-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Gulasz drobiowy 150g* (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kasza gryczana 200 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1912.81 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 220.86 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

środa 2025-01-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1974.71 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 261.63 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 70.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

środa 2025-01-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1712.47 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 250.36 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; suma cukrów prostych: 88.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;

środa 2025-01-29 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 , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml*(8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1775.01 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 314.34 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.13 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g.
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2000.98 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 296.38 g; Sól: 5.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.21 g; suma cukrów prostych: 93.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g.
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2220.65 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 333.94 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 114.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Sałatka z lososiem i tojpygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g.
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2320.16 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 67.66 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.65 g; suma cukrów prostych: 105.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2761.68 kcal; Białko ogółem: 169.20 g; Tłuszcz: 89.35 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.58 g; suma cukrów prostych: 115.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2202.28 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 296.47 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 94.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszyńką i czarnuszką 100g*.	pieczarkowa z makaronem 350ml(1,2,3,8), Marchewka z groszkiem 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszyńka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2614.95 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 88.50 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 86.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszyńka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.10 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 62.75 g; Węglowodany ogółem: 340.33 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 76.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.70 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 347.29 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 83.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2473.40 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 345.24 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.63 g; suma cukrów prostych: 83.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2521.40 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 78.48 g; Węglowodany ogółem: 347.29 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.77 g; suma cukrów prostych: 83.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 50g(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2480.30 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

<b>czwartek 2025-01-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.45 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 85.85 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 81.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2160.10 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 255.26 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 101.91 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.15 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 73.71 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 89.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2103.25 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; Sól: 4.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.76 g; suma cukrów prostych: 49.58 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.26 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, waffle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1854.70 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 52.65 g; Węglowodany ogółem: 265.66 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g; suma cukrów prostych: 79.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1825.23 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.83 g; suma cukrów prostych: 61.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2199.90 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 345.29 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.28 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

czwartek 2025-01-30		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 50g(2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2437.10 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 61.33 g; Węglowodany ogółem: 358.08 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 96.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g;

czwartek 2025-01-30		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Salátka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, kajzerka 50g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2151.70 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 48.38 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.06 g; suma cukrów prostych: 71.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

czwartek 2025-01-30		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2951.10 kcal; Białko ogółem: 169.22 g; Tłuszcz: 96.71 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; Sól: 8.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.33 g; suma cukrów prostych: 84.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

czwartek 2025-01-30		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Herbata z cukrem 250ml*,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.70 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 65.49 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 82.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2759.91 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 90.79 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; Sól: 7.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 122.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2476.95 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 62.21 g; Węglowodany ogółem: 372.44 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 128.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2434.65 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.94 g; suma cukrów prostych: 130.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2323.48 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 67.85 g; Węglowodany ogółem: 335.57 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 90.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2399.07 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 66.85 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 113.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2689.85 kcal; Białko ogółem: 135.49 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 379.58 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 133.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

<b>piątek 2025-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.98 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 84.53 g; Węglowodany ogółem: 330.57 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 105.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2198.88 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 93.81 g; Węglowodany ogółem: 254.26 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.83 g; suma cukrów prostych: 122.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

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

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, mandarynka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.75 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 61.66 g; Węglowodany ogółem: 303.32 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 49.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), Surówka z kapusty kisz 120g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2348.31 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 66.31 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 122.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b/mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane b/mąki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

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

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2357.05 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.42 g; suma cukrów prostych: 129.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.85 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 374.54 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 129.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII</b>		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kakao 250ml (1,2), rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), mandarynka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.66 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.94 g; suma cukrów prostych: 97.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3010.55 kcal; Białko ogółem: 168.47 g; Tłuszcz: 86.73 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g; Sól: 8.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.57 g; suma cukrów prostych: 145.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

piątek 2025-01-31 <b>Jadłospis dla diety: Dziecięca XX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.85 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 374.54 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 129.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), Sałata 10g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2750.95 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 83.24 g; Węglowodany ogółem: 413.62 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 116.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.10 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; Sól: 5.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 110.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2723.70 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 384.41 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 112.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 114.05 g; Tłuszcz: 71.91 g; Węglowodany ogółem: 355.40 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 111.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2651.77 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.62 g; suma cukrów prostych: 97.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2872.45 kcal; Białko ogółem: 132.47 g; Tłuszcz: 96.40 g; Węglowodany ogółem: 372.49 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.86 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

<b>sobota 2025-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2141.53 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 238.82 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2169.90 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 104.22 g; Węglowodany ogółem: 216.77 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.02 g; suma cukrów prostych: 135.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2270.80 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 137.29 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2547.70 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; Sól: 9.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2544.55 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 388.12 g; Sól: 4.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 95.45 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml*(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1921.79 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 255.13 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.64 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;		
<b>sobota 2025-02-01      Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2145.45 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.07 g; suma cukrów prostych: 86.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-01		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.90 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.37 g; suma cukrów prostych: 112.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

sobota 2025-02-01		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarówek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Ryż z jabłkami 350g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2712.95 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 73.72 g; Węglowodany ogółem: 412.37 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 125.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

sobota 2025-02-01		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2524.45 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 356.40 g; Sól: 11.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.92 g; suma cukrów prostych: 77.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;

sobota 2025-02-01		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarówek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3043.30 kcal; Białko ogółem: 149.21 g; Tłuszcz: 110.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.07 g; suma cukrów prostych: 95.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

sobota 2025-02-01		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), mandarynki 150g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.70 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 395.71 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 119.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2656.60 kcal; Białko ogółem: 123.18 g; Tłuszcz: 94.13 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.51 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2610.52 kcal; Białko ogółem: 134.10 g; Tłuszcz: 86.39 g; Węglowodany ogółem: 326.26 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 88.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2510.22 kcal; Białko ogółem: 123.56 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 312.58 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.22 g; suma cukrów prostych: 93.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2381.27 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 73.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.17 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; suma cukrów prostych: 73.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2750.62 kcal; Białko ogółem: 144.46 g; Tłuszcz: 93.71 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.44 g; suma cukrów prostych: 90.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

<b>niedziela 2025-02-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.54 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2099.88 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 82.85 g; Węglowodany ogółem: 240.32 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 105.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g ,

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

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka, Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.10 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 72.10 g; Błonnik pokarmowy: 33.70 g;

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2785.30 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 375.87 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; suma cukrów prostych: 95.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.60 g;

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

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

niedziela 2025-02-02 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.82 kcal; Białko ogółem: 133.42 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 89.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.77 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 100.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.09 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Herbata bez cukru 250g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rozszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.25 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.75 g; suma cukrów prostych: 85.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2988.22 kcal; Białko ogółem: 161.90 g; Tłuszcz: 114.40 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.36 g; suma cukrów prostych: 90.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2567.87 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 86.74 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 91.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

## Dietetyk

.....