

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	grochowa 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*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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]: 2502.44 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 347.17 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

<b>poniedziałek 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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]: 2387.04 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

<b>poniedziałek 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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]: 2511.24 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; Sól: 5.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 81.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;

<b>poniedziałek 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 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*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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]: 2393.24 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 323.43 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; suma cukrów prostych: 78.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.79 g;

<b>poniedziałek 2025-02-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), 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]: 2811.34 kcal; Białko ogółem: 140.98 g; Tłuszcz: 96.45 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.41 g; suma cukrów prostych: 82.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		
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 2025-02-24		
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 2025-02-24		
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*,	Brokułowa z ziemniakami 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]: 2590.27 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 72.61 g; Węglowodany ogółem: 394.83 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; suma cukrów prostych: 79.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

poniedziałek 2025-02-24		
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), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.11 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 54.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), 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]: 2239.36 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; Sól: 4.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.94 g; suma cukrów prostych: 59.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1931.50 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.10 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330ml*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), 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]: 2052.90 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 328.67 g; Sól: 8.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.26 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.05 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.42 g; suma cukrów prostych: 90.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.05 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 334.21 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 74.59 g; Błonnik pokarmowy: 21.40 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2339.86 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; Sól: 9.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.84 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Pomidor 50g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3132.24 kcal; Białko ogółem: 173.19 g; Tłuszcz: 106.27 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.79 g; suma cukrów prostych: 101.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2417.94 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 69.35 g; Węglowodany ogółem: 342.51 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 80g*, Sos musztardowy 100ml (1,2,11), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2792.82 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; Sól: 8.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.55 g; suma cukrów prostych: 126.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2764.50 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 390.89 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.70 g; suma cukrów prostych: 123.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.30 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 70.37 g; Węglowodany ogółem: 372.72 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g;

<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.92 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; Sól: 5.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 110.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.92 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 381.18 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 109.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

<b>wtorek 2025-02-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2858.50 kcal; Białko ogółem: 129.66 g; Tłuszcz: 87.43 g; Węglowodany ogółem: 395.19 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.70 g; suma cukrów prostych: 126.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

<b>wtorek 2025-02-25</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]: 2355.65 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

wtorek 2025-02-25 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]: 2134.22 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 278.46 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 115.87 g; Błonnik pokarmowy: 12.83 g;

wtorek 2025-02-25 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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), 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]: 2619.25 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 378.82 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 122.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

wtorek 2025-02-25 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), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 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]: 2183.67 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 79.99 g; Węglowodany ogółem: 271.20 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 62.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 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]: 2306.72 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 307.66 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 62.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, 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*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 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]: 2117.00 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 56.42 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 106.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330ml*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), schab gotowany 80g, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 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]: 2157.18 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 369.85 g; Sól: 8.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.27 g; suma cukrów prostych: 109.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rozspanka 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]: 2525.90 kcal; Białko ogółem: 118.85 g; Tłuszcz: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 394.71 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; suma cukrów prostych: 126.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 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]: 2426.15 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 67.35 g; Węglowodany ogółem: 368.25 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; suma cukrów prostych: 130.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,		herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek kiszony 100g, rozspanka 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]: 2480.82 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 66.37 g; Węglowodany ogółem: 345.87 g; Sól: 8.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g; suma cukrów prostych: 82.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 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]: 3069.90 kcal; Białko ogółem: 140.80 g; Tłuszcz: 106.48 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.50 g; suma cukrów prostych: 124.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 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]: 2676.50 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 390.64 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.92 g; suma cukrów prostych: 122.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-02-26</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),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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, schab benedykta 40g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.43 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 318.24 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 88.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

<b>środa 2025-02-26</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 ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2142.46 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.07 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

<b>środa 2025-02-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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), pomidor 100g, rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.86 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 58.48 g; Węglowodany ogółem: 318.50 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

<b>środa 2025-02-26</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), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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), pomidor 100g, rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1951.84 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 295.90 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;

<b>środa 2025-02-26</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), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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), pomidor 100g, rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1951.84 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 295.90 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;

<b>środa 2025-02-26</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),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2287.16 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 61.30 g; Węglowodany ogółem: 321.95 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 88.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

<b>środa 2025-02-26</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 2025-02-26 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 2025-02-26 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),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1873.19 kcal; Białko ogółem: 69.97 g; Tłuszcz: 52.43 g; Węglowodany ogółem: 275.74 g; Sól: 8.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; suma cukrów prostych: 96.00 g; Błonnik pokarmowy: 15.92 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, 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 ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, 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, szynka konserwowa 40g (8),
<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*, Biskopki bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1807.66 kcal; Białko ogółem: 77.31 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 231.22 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 47.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, 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),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, 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, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1969.06 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 293.81 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

środa 2025-02-26 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), chleb b/glutenowy 3 kromki, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	<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]: 1498.95 kcal; Białko ogółem: 62.26 g; Tłuszcz: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 216.70 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 84.14 g; Błonnik pokarmowy: 14.42 g;

środa 2025-02-26 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, Napój roślinny 330ml*, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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, szynka konserwowa 40g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1487.14 kcal; Białko ogółem: 55.02 g; Tłuszcz: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 261.45 g; Sól: 9.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.71 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26 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), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1973.46 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.44 g; suma cukrów prostych: 83.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2255.43 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 319.10 g; Sól: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	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, szynka konserwowa 40g (8),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.61 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.60 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

środa 2025-02-26 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)*, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	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), szynka konserwowa 40g (8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2734.16 kcal; Białko ogółem: 152.28 g; Tłuszcz: 84.60 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 105.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

środa 2025-02-26 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), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g, szynka konserwowa 40g (8),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2154.26 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; suma cukrów prostych: 84.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Pączek 1szt. (70g) (1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka panier.100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozszponka 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]: 3068.44 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 104.92 g; Węglowodany ogółem: 424.27 g; Sól: 9.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 115.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g;

<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2639.13 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 69.16 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; Sól: 8.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 86.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(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]: 2779.73 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 72.15 g; Węglowodany ogółem: 406.92 g; Sól: 8.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.75 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(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]: 2772.18 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 400.25 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 92.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g;

<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(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]: 2820.18 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 402.30 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

<b>czwartek 2025-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(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]: 2830.33 kcal; Białko ogółem: 140.79 g; Tłuszcz: 69.97 g; Węglowodany ogółem: 407.14 g; Sól: 9.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 94.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

<b>czwartek 2025-02-27</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 2025-02-27 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 2025-02-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	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*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2728.15 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 397.57 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

czwartek 2025-02-27 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszynek i czarnuszką 100g*, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszynek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> podpiłomyki 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]: 2453.28 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 66.77 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; Sól: 7.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.44 g; suma cukrów prostych: 59.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(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]: 2314.06 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 94.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1889.20 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 292.58 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	tomatowa z zacierką b/ml.350(1,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1883.03 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; Sól: 8.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.45 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),		Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2549.93 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 404.93 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.96 g; suma cukrów prostych: 92.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),		Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2787.13 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 67.73 g; Węglowodany ogółem: 417.72 g; Sól: 8.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.82 g; suma cukrów prostych: 106.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),		Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,		herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 50g (1),	
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2501.73 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.73 g; suma cukrów prostych: 81.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),		Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polewka sopočka 50g(1,8),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3110.33 kcal; Białko ogółem: 165.79 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 408.34 g; Sól: 10.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 94.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),		Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g*(1), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2730.73 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 71.90 g; Węglowodany ogółem: 405.17 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 92.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 50g(2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	ogórkowa z ziem.350ml(1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2886.39 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 88.04 g; Węglowodany ogółem: 414.17 g; Sól: 8.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 123.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2629.66 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 67.45 g; Węglowodany ogółem: 397.86 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 125.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2587.36 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 72.63 g; Węglowodany ogółem: 376.34 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 127.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2434.18 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 359.27 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 91.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2491.08 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 108.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2793.56 kcal; Białko ogółem: 128.11 g; Tłuszcz: 75.74 g; Węglowodany ogółem: 403.25 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; suma cukrów prostych: 130.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

<b>piątek 2025-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml*(1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 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 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.03 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 94.44 g; Węglowodany ogółem: 281.91 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.83 g; suma cukrów prostych: 123.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g;

piątek 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g,
	<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]: 2580.80 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 82.29 g; Węglowodany ogółem: 369.61 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.04 g; suma cukrów prostych: 111.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

piątek 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2185.45 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 65.36 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 52.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;

piątek 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2519.71 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 125.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

piątek 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 1851.96 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz: 49.73 g; Węglowodany ogółem: 282.75 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; suma cukrów prostych: 89.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

piątek 2025-02-28 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1871.26 kcal; Białko ogółem: 71.35 g; Tłuszcz: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 357.69 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.42 g; suma cukrów prostych: 92.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2509.76 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 53.47 g; Węglowodany ogółem: 399.72 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.85 g; suma cukrów prostych: 127.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2681.56 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 127.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 3143.86 kcal; Białko ogółem: 156.20 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; Sól: 9.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.39 g; suma cukrów prostych: 126.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	<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]: 2681.56 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 127.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-03-01</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 2025-03-01</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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2526.07 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 379.28 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 109.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

<b>sobota 2025-03-01</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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2734.67 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 382.33 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 111.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

<b>sobota 2025-03-01</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*, Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2523.17 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 74.16 g; Węglowodany ogółem: 353.33 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.01 g; suma cukrów prostych: 109.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

<b>sobota 2025-03-01</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*, marchew gotowana 120g (1,2), 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]: 2683.54 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 94.86 g; Węglowodany ogółem: 355.19 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.24 g; suma cukrów prostych: 100.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

<b>sobota 2025-03-01</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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2883.42 kcal; Białko ogółem: 132.05 g; Tłuszcz: 98.65 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.47 g; suma cukrów prostych: 98.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

<b>sobota 2025-03-01</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, Grycikowa 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*,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** 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;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
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 jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 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;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), 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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2281.77 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 312.01 g; Sól: 4.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 135.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.28 g;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 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), Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), 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 250ml, 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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2558.67 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 90.85 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; Sól: 9.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; suma cukrów prostych: 60.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
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), Salatką z roszoneką, 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), Szpinak gotowany 120g(2), 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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.52 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; suma cukrów prostych: 93.90 g; Błonnik pokarmowy: 37.13 g;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Salatką z roszoneką, 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*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2266.06 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 86.81 g; Węglowodany ogółem: 276.75 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.29 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Salatką z roszoneką, 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*, Szpinak gotowany 120g(2), 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*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2156.42 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 51.40 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.68 g; suma cukrów prostych: 85.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01		
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 roszyką, 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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2422.87 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.98 g; suma cukrów prostych: 111.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

sobota 2025-03-01		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszyką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2723.92 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 410.30 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 124.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

sobota 2025-03-01		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszyka 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*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, 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]: 2535.42 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 78.24 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; Sól: 11.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 76.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

sobota 2025-03-01		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszyką, 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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 3054.27 kcal; Białko ogółem: 148.79 g; Tłuszcz: 112.39 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.69 g; suma cukrów prostych: 93.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

sobota 2025-03-01		
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), Szpinak gotowany 120g(2), 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]: 2496.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 393.64 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 118.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-03-02</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 2025-03-02</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*, bukiet warzyw dieta 120g, 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]: 2605.25 kcal; Białko ogółem: 133.88 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węglowodany ogółem: 331.04 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 91.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;

<b>niedziela 2025-03-02</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, bukiet warzyw dieta 120g, 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]: 2504.95 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 317.36 g; Sól: 5.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.60 g; suma cukrów prostych: 96.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

<b>niedziela 2025-03-02</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*, bukiet warzyw dieta 120g, 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]: 2376.00 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.11 g; suma cukrów prostych: 76.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

<b>niedziela 2025-03-02</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*, bukiet warzyw dieta 120g, 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]: 2376.90 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

<b>niedziela 2025-03-02</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*, bukiet warzyw dieta 120g, 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]: 2745.35 kcal; Białko ogółem: 144.24 g; Tłuszcz: 91.42 g; Węglowodany ogółem: 332.69 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.83 g; suma cukrów prostych: 93.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

<b>niedziela 2025-03-02</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 2025-03-02 <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 2025-03-02 <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), Biskvoty bez cukru 15g ,

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

niedziela 2025-03-02 <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 250ml, 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*, Biskvoty 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 2025-03-02 <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), Biskvoty 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 2025-03-02 <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 2025-03-02 <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 2025-03-02		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*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.55 kcal; Białko ogółem: 133.19 g; Tłuszcz: 70.60 g; Węglowodany ogółem: 332.20 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; suma cukrów prostych: 92.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

niedziela 2025-03-02		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), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 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), Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2422.50 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 68.07 g; Węglowodany ogółem: 345.29 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.24 g; suma cukrów prostych: 104.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.60 g;

niedziela 2025-03-02		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 mroz. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, 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*, Biszkopty 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 2025-03-02		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*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 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), ser topiony 2 szt. 34g 92), rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2982.95 kcal; Białko ogółem: 161.68 g; Tłuszcz: 112.11 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; Sól: 6.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.75 g; suma cukrów prostych: 93.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

niedziela 2025-03-02		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*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2562.60 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 84.45 g; Węglowodany ogółem: 341.10 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.92 g; suma cukrów prostych: 94.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

Dietetyk

.....