

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.14 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 380.83 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 107.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.58 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 355.84 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 107.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.18 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węglowodany ogółem: 358.29 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 109.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.06 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 81.16 g; Węglowodany ogółem: 353.21 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.69 g; suma cukrów prostych: 102.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.23 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 82.63 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.63 g; suma cukrów prostych: 101.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.18 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węglowodany ogółem: 358.29 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 109.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemiacczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.33 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 79.83 g; Węglowodany ogółem: 291.05 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiacczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemiaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.08 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 245.53 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.76 g; suma cukrów prostych: 102.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.92 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.20 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 104.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, Grejfrut 1/2 szt ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.03 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 281.50 g; Sól: 3.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.16 g; suma cukrów prostych: 38.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

poniedziałek 2025-03-10 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 piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.27 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 76.47 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 97.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	ziemiacczana b-maki350ml.(2,8,13), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

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

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ziemiacczana b/ml.350ml.(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.78 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 47.52 g; Węglowodany ogółem: 355.60 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.82 g; suma cukrów prostych: 107.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.88 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 118.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Grejfrut 1/2 szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2104.08 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.32 g; suma cukrów prostych: 75.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3027.68 kcal; Białko ogółem: 141.05 g; Tłuszcz: 98.39 g; Węglowodany ogółem: 395.19 g; Sól: 7.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 107.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z kaszą kuskus, szynką, rukolą i pomidorem 100g (1), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.58 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 355.84 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 107.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.44 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 80.50 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.32 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 72.09 g; Węglowodany ogółem: 348.29 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.88 g; suma cukrów prostych: 88.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g,(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.32 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.88 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g,(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.76 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 82.97 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.10 g; suma cukrów prostych: 89.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g,(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.23 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 85.44 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.31 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog. nat. 60g,(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.92 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 86.39 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.38 g; suma cukrów prostych: 90.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

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

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g,

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

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.96 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 80.10 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.99 g; suma cukrów prostych: 116.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Salatką z lososiem i tołpygą 70g (1,4), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), ziemniaki 200g*, salatką z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2022.29 kcal; Białko ogółem: 69.70 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 303.03 g; Sól: 7.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.01 g; suma cukrów prostych: 71.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Ziemniaki 200g*, salatką z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.19 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.05 g; suma cukrów prostych: 87.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-maki 350ml (2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homog. nat. 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.00 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.11 g; suma cukrów prostych: 87.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.78 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 430.05 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.64 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.52 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 52.21 g; Węglowodany ogółem: 348.05 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. nat. 60g, (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.79 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 357.90 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 101.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Salátka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), ziemniaki 200g*, salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.19 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 372.26 g; Sól: 9.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.32 g; suma cukrów prostych: 115.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Salátka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), rozspanka 5g, ser żółty 60g (2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog. nat. 60g, (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3140.42 kcal; Białko ogółem: 148.50 g; Tłuszcz: 125.75 g; Węglowodany ogółem: 356.78 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.80 g; suma cukrów prostych: 94.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.63 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; suma cukrów prostych: 88.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.20 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 88.47 g; Węglowodany ogółem: 368.63 g; Sól: 8.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 93.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.65 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 74.16 g; Węglowodany ogółem: 370.78 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 95.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.41 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 96.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.56 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 56.91 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.20 g; suma cukrów prostych: 99.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.14 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2627.05 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 81.86 g; Węglowodany ogółem: 372.88 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 97.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2088.50 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.74 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.95 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 259.73 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 110.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.47 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salaatką zieloną i nasionami słonecznika 100g*, II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.35 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 339.56 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 53.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2681.05 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 426.78 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; suma cukrów prostych: 103.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.71 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 76.28 g; Węglowodany ogółem: 268.61 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1982.83 kcal; Białko ogółem: 51.65 g; Tłuszcz: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 366.84 g; Sól: 11.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.44 g; suma cukrów prostych: 84.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.85 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 54.28 g; Węglowodany ogółem: 370.53 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.36 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.32 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 80.36 g; Węglowodany ogółem: 343.66 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 112.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Salátka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, paprykarz 70g (4,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.85 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3142.45 kcal; Białko ogółem: 151.17 g; Tłuszcz: 111.50 g; Węglowodany ogółem: 385.34 g; Sól: 9.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.75 g; suma cukrów prostych: 108.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,	Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.60 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 354.79 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 79.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszponka 5g ,	żurek z ziemn. 350ml*(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Marchewka z groszkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2914.69 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 105.96 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; Sól: 9.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.38 g; suma cukrów prostych: 89.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.27 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 77.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.47 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 335.98 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.36 g; suma cukrów prostych: 82.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.28 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 77.37 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; Sól: 6.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 81.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.28 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 322.45 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.27 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 81.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.85 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 93.27 g; Węglowodany ogółem: 291.83 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.45 g; suma cukrów prostych: 75.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.55 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 94.63 g; Węglowodany ogółem: 267.43 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.04 g; suma cukrów prostych: 101.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.62 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 371.65 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 106.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskvity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.37 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 71.41 g; Węglowodany ogółem: 347.82 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.42 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 371.11 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 91.48 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.71 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 87.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1895.09 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; Sól: 9.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.69 g; suma cukrów prostych: 61.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.47 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 354.77 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.32 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.27 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 80.65 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.68 g; suma cukrów prostych: 79.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.12 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 48.90 g; Węglowodany ogółem: 382.09 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.81 g; suma cukrów prostych: 100.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3220.27 kcal; Białko ogółem: 165.10 g; Tłuszcz: 104.62 g; Węglowodany ogółem: 409.82 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.27 g; suma cukrów prostych: 92.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.27 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 77.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 100g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2757.04 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 100.37 g; Węglowodany ogółem: 358.54 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 95.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.28 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 70.70 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.48 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 80.70 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 94.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.48 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 71.32 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 87.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.85 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 75.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszyponką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.68 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 94.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.48 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 310.85 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.53 g; suma cukrów prostych: 99.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.65 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 95.04 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.52 g; suma cukrów prostych: 117.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.23 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 70g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.50 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.97 g; suma cukrów prostych: 83.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 100g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.40 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 319.61 g; Sól: 8.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 66.80 g; Błonnik pokarmowy: 36.90 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Salatką z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka meksykańska 100g (3,11,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.01 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 394.20 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 99.16 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2008.32 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 61.33 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; suma cukrów prostych: 76.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Salatką z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13), Szpinak 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Salátka z białej rzodkwi z roszonepónką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompót z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.88 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 345.51 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.62 g; suma cukrów prostych: 93.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z białej rzodkwi z roszonepónką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompót z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.68 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 94.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Salátka z białej rzodkwi z roszonepónką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 100g (3,11,13), Ziemniaki 200g*, mandarynka 1 szt., Kompót z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.11 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węglowodany ogółem: 345.24 g; Sól: 9.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.82 g; suma cukrów prostych: 95.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompót z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3081.33 kcal; Białko ogółem: 144.75 g; Tłuszcz: 125.66 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; Sól: 8.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.99 g; suma cukrów prostych: 93.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z białej rzodkwi z roszonepónką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompót z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; Sól: 5.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 94.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.75 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 98.92 g; Węglowodany ogółem: 372.01 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.07 g; suma cukrów prostych: 102.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Salátka zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2812.71 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 110.02 g; Węglowodany ogółem: 361.76 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.76 g; suma cukrów prostych: 92.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, Salátka zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	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, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2957.19 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 102.88 g; Węglowodany ogółem: 394.30 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.19 g; suma cukrów prostych: 94.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.06 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 88.80 g; Węglowodany ogółem: 345.95 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 96.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), papryka św. 100g , Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.37 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 349.82 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.58 g; suma cukrów prostych: 99.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Salátka zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2913.86 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 113.66 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.91 g; suma cukrów prostych: 81.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.01 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 104.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.81 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 89.98 g; Węglowodany ogółem: 257.28 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.07 g; suma cukrów prostych: 131.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

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

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*, Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.70 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 96.70 g; Węglowodany ogółem: 350.81 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 45.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salátka zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.86 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 90.61 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.13 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*, Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

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

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemn. b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Salátka zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.89 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; Sól: 7.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.96 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.91 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 71.66 g; Węglowodany ogółem: 363.79 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.95 g; suma cukrów prostych: 94.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

sobota 2025-03-15 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), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.04 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 99.97 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 93.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.80 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 65.54 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; Sól: 7.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.66 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Grejfrut 1/2 szt , Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3105.06 kcal; Białko ogółem: 136.58 g; Tłuszcz: 129.83 g; Węglowodany ogółem: 351.58 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.01 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), mandarynka 1 szt., Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.91 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.69 g; suma cukrów prostych: 89.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.42 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 115.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.61 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 84.52 g; Węglowodany ogółem: 339.17 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.74 g; suma cukrów prostych: 111.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.81 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 326.54 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.49 g; suma cukrów prostych: 117.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.31 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 73.65 g; Węglowodany ogółem: 341.62 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 113.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.21 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 365.61 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 114.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.61 kcal; Białko ogółem: 147.94 g; Tłuszcz: 78.07 g; Węglowodany ogółem: 342.08 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 113.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.60 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 86.34 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; suma cukrów prostych: 118.64 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2075.10 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.77 kcal; Białko ogółem: 118.41 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.21 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.03 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 298.12 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 67.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.43 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 106.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.41 kcal; Białko ogółem: 135.34 g; Tłuszcz: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.28 g; suma cukrów prostych: 113.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2876.06 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 442.54 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 153.37 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 100g , roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ogórek konserwowy 120g, Masło 15g*(2), rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.12 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 80.26 g; Węglowodany ogółem: 344.55 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g; suma cukrów prostych: 113.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.61 kcal; Białko ogółem: 146.72 g; Tłuszcz: 103.92 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.74 g; suma cukrów prostych: 111.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.06 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 57.81 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 116.30 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g;

Dietetyk

.....