

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 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), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.29 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 378.55 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

poniedziałek 2025-03-24 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), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.69 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.68 g; suma cukrów prostych: 70.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.89 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 353.49 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.29 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.06 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 88.10 g; Węglowodany ogółem: 314.64 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.58 g; suma cukrów prostych: 72.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.19 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.99 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 94.87 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.42 g; suma cukrów prostych: 74.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.50 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 85.25 g; Węglowodany ogółem: 255.28 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1783.88 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 185.54 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.17 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 379.16 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 78.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), roszponka 5g , pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Salata 10g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2065.35 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.64 g; suma cukrów prostych: 44.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Salata 10g,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1984.39 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 50.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1940.50 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 270.70 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, roszponka 5g	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.50 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.07 g; suma cukrów prostych: 80.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.50 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.43 g; suma cukrów prostych: 82.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.70 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 65.16 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 68.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g, pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.15 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 58.89 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.59 g; suma cukrów prostych: 63.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Pomidor 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.09 kcal; Białko ogółem: 139.26 g; Tłuszcz: 99.84 g; Węglowodany ogółem: 376.98 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.88 g; suma cukrów prostych: 94.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 250g, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.59 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 73.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2800.22 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 89.53 g; Węglowodany ogółem: 385.51 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.26 g; suma cukrów prostych: 124.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2749.02 kcal; Białko ogółem: 118.33 g; Tłuszcz: 86.53 g; Węglowodany ogółem: 378.26 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.48 g; suma cukrów prostych: 115.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.02 kcal; Białko ogółem: 115.48 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 96.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.46 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 102.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.26 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 374.43 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 105.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2843.02 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 92.63 g; Węglowodany ogółem: 382.56 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.48 g; suma cukrów prostych: 118.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.17 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 115.85 g; Błonnik pokarmowy: 12.81 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.15 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 72.98 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; suma cukrów prostych: 124.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.37 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 84.42 g; Węglowodany ogółem: 263.76 g; Sól: 4.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 62.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.77 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; suma cukrów prostych: 98.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.83 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 52.62 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.19 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.02 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 382.14 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; suma cukrów prostych: 118.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.82 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 68.02 g; Węglowodany ogółem: 360.59 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 123.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopocka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.62 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 342.79 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3054.42 kcal; Białko ogółem: 141.42 g; Tłuszcz: 111.68 g; Węglowodany ogółem: 381.31 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.29 g; suma cukrów prostych: 116.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.02 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 84.58 g; Węglowodany ogółem: 378.01 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 115.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.11 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 75.06 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.03 g; suma cukrów prostych: 101.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.89 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 58.26 g; Węglowodany ogółem: 359.74 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.07 g; suma cukrów prostych: 93.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.29 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 364.53 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.30 g; suma cukrów prostych: 97.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;

środa 2025-03-26 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), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	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,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.37 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 61.11 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; suma cukrów prostych: 97.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

środa 2025-03-26 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), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	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,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.37 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 61.11 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; suma cukrów prostych: 97.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.59 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 367.13 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; suma cukrów prostych: 99.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1767.08 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 207.97 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1482.36 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 141.02 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 10.09 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.82 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 357.25 g; Sól: 4.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.67 g; suma cukrów prostych: 109.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.21 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 70.74 g; Węglowodany ogółem: 269.11 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.81 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.66 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; Sól: 1.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 85.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1948.05 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 57.40 g; Węglowodany ogółem: 279.61 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.59 g; suma cukrów prostych: 99.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 686.25 kcal; Białko ogółem: 14.84 g; Tłuszcz: 1.67 g; Węglowodany ogółem: 157.01 g; Sól: 0.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.22 g; suma cukrów prostych: 15.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.43 g;		
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Napój roślinny 330g*, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszponka 5g , rukola 5g,
Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1923.35 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 309.52 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.47 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.29 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 361.84 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.95 g; suma cukrów prostych: 95.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	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: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.66 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 64.14 g; Węglowodany ogółem: 360.02 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 97.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Salátka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, salátka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.06 kcal; Białko ogółem: 121.41 g; Tłuszcz: 68.28 g; Węglowodany ogółem: 354.37 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.03 g; suma cukrów prostych: 89.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2912.59 kcal; Białko ogółem: 165.64 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 386.03 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.82 g; suma cukrów prostych: 116.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.69 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 362.08 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 95.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salata z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.72 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 385.98 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.65 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 337.96 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.33 g; suma cukrów prostych: 76.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.25 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 344.92 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 84.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.70 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.70 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.85 g; suma cukrów prostych: 83.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.85 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 63.41 g; Węglowodany ogółem: 345.14 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.45 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 84.85 g; Węglowodany ogółem: 310.03 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.10 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 83.81 g; Węglowodany ogółem: 252.16 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 99.81 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.35 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 339.45 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 89.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.68 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 64.44 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 64.60 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.88 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 331.02 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 88.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.60 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 47.02 g; Węglowodany ogółem: 286.19 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.41 g; suma cukrów prostych: 78.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	pomidorowa z zacierką b/ml.350(1,3,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.63 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 323.01 g; Sól: 5.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.80 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.85 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 52.46 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.89 g; suma cukrów prostych: 82.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.65 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 97.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salatką z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podpiłomy b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.53 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.64 g; suma cukrów prostych: 84.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.85 kcal; Białko ogółem: 150.89 g; Tłuszcz: 82.81 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.22 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.25 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.04 g; suma cukrów prostych: 82.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 50g(2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2880.49 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 94.13 g; Węglowodany ogółem: 401.81 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.21 g; suma cukrów prostych: 129.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.78 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 62.87 g; Węglowodany ogółem: 391.12 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 127.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.48 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 68.05 g; Węglowodany ogółem: 369.60 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.55 g; suma cukrów prostych: 129.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
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), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.11 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 89.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

piątek 2025-03-28 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), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.78 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 109.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.87 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.68 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 396.51 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.33 g; suma cukrów prostych: 132.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.98 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 110.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.03 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 94.64 g; Węglowodany ogółem: 283.51 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.83 g; suma cukrów prostych: 125.21 g; Błonnik pokarmowy: 18.69 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), dżem 50g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.70 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 81.06 g; Węglowodany ogółem: 373.50 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.39 g; suma cukrów prostych: 113.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.59 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 58.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.00 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 69.29 g; Węglowodany ogółem: 354.55 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.75 g; suma cukrów prostych: 130.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1847.76 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 282.95 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.02 g; suma cukrów prostych: 90.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 373.05 kcal; Białko ogółem: 7.83 g; Tłuszcz: 1.17 g; Węglowodany ogółem: 84.00 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.16 g; suma cukrów prostych: 15.06 g; Błonnik pokarmowy: 2.25 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1844.26 kcal; Białko ogółem: 71.15 g; Tłuszcz: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.71 g; suma cukrów prostych: 93.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.88 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 48.89 g; Węglowodany ogółem: 392.97 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.03 g; suma cukrów prostych: 129.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.68 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 129.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2)., margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.69 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.95 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., jajko na twardo 2 szt. 100g(3), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3069.58 kcal; Białko ogółem: 156.24 g; Tłuszcz: 100.91 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; Sól: 4.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.95 g; suma cukrów prostych: 128.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, Masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.68 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 129.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Marchewka z groszkiem 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.99 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 82.56 g; Węglowodany ogółem: 419.55 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; suma cukrów prostych: 120.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.50 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 423.71 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 139.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

sobota 2025-03-29 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 roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2848.10 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 426.76 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; suma cukrów prostych: 141.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

sobota 2025-03-29 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), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.60 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 70.54 g; Węglowodany ogółem: 397.45 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 140.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2777.17 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.11 g; suma cukrów prostych: 126.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2996.85 kcal; Białko ogółem: 134.17 g; Tłuszcz: 94.97 g; Węglowodany ogółem: 414.84 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 129.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.53 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 238.82 g;
Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.90 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 104.22 g; Węglowodany ogółem: 216.77 g;
Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.02 g; suma cukrów prostych: 135.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.77 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g;
Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; suma cukrów prostych: 142.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rozspinka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2571.50 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 88.41 g; Węglowodany ogółem: 361.07 g;
Sól: 4.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.72 g; suma cukrów prostych: 66.40 g; Błonnik pokarmowy: 41.91 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rozspinką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.90 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 75.86 g; Węglowodany ogółem: 423.18 g;
Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 124.61 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rozspinką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml*(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.29 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 84.66 g; Węglowodany ogółem: 318.10 g;
Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 99.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 686.25 kcal; Białko ogółem: 14.84 g; Tłuszcz: 1.67 g; Węglowodany ogółem: 157.01 g;
Sól: 0.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.22 g; suma cukrów prostych: 15.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.43 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z rozspinką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.85 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 47.98 g; Węglowodany ogółem: 386.02 g;
Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.56 g; suma cukrów prostych: 117.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.30 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 425.91 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.82 g; suma cukrów prostych: 141.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryż z jabłkami 350g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2838.35 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 454.42 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 154.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.15 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 81.53 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; Sól: 5.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.68 g; suma cukrów prostych: 81.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3177.30 kcal; Białko ogółem: 149.17 g; Tłuszcz: 110.57 g; Węglowodany ogółem: 409.91 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.92 g; suma cukrów prostych: 124.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), mandarynki 150g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.10 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 439.66 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 151.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.75 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 87.65 g; Węglowodany ogółem: 335.93 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.95 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

niedziela 2025-03-30 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), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.65 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 96.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

niedziela 2025-03-30 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), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.20 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; suma cukrów prostych: 76.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.10 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 76.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.05 kcal; Białko ogółem: 137.02 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.69 g; suma cukrów prostych: 92.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.54 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.88 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 82.85 g; Węglowodany ogółem: 240.32 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 105.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.05 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 372.12 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 130.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rozszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.75 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 311.77 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 73.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.00 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 369.85 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 94.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.60 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.30 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 286.98 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 75.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1956.30 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.84 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.25 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.62 g; suma cukrów prostych: 92.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.70 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 103.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.80 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 76.43 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.12 g; suma cukrów prostych: 87.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 50g(2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2880.65 kcal; Białko ogółem: 154.46 g; Tłuszcz: 105.53 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.61 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.30 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 93.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g;

Dietetyk

.....