

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka piastowska 50g(8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.39 kcal; Białko ogółem: 83.47 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 337.67 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 107.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.31 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.44 g; suma cukrów prostych: 101.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.71 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 103.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

poniedziałek 2025-04-14 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.70 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 327.51 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 103.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.27 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 105.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.51 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 112.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.18 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 276.73 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; suma cukrów prostych: 81.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.63 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 88.34 g; Węglowodany ogółem: 252.84 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 108.42 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.25 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 69.91 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 112.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ryż brązowy 200g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1921.88 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 256.84 g; Sól: 1.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; suma cukrów prostych: 40.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.34 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1975.50 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; suma cukrów prostych: 110.09 g; Błonnik pokarmowy: 19.92 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1774.28 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; Sól: 1.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.61 g; suma cukrów prostych: 99.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2008.51 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 42.49 g; Węglowodany ogółem: 327.60 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.14 g; suma cukrów prostych: 100.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2)., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.98 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 63.97 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 136.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ryż brązowy 200g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.23 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 282.48 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.70 g; suma cukrów prostych: 63.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2)., jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.11 kcal; Białko ogółem: 145.36 g; Tłuszcz: 103.56 g; Węglowodany ogółem: 349.40 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.27 g; suma cukrów prostych: 120.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.31 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; suma cukrów prostych: 108.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.21 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 88.50 g; Węglowodany ogółem: 364.48 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 105.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.76 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 83.13 g; Węglowodany ogółem: 362.75 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 104.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.72 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 364.83 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 106.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.24 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 105.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.40 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 56.61 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g; suma cukrów prostych: 81.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.12 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 94.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.34 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 310.00 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.54 g; suma cukrów prostych: 103.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.66 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 94.71 g; Węglowodany ogółem: 281.95 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.55 g; suma cukrów prostych: 140.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.71 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 349.08 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 111.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.74 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 356.15 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.77 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Błonnik pokarmowy: 41.93 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), chleb razowy 40g(1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2793.47 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 73.38 g; Węglowodany ogółem: 423.62 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; suma cukrów prostych: 96.52 g; Błonnik pokarmowy: 41.17 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1804.30 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.94 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1990.40 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.50 g; suma cukrów prostych: 75.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.11 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.74 g; suma cukrów prostych: 109.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.71 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 113.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.17 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 397.29 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.76 g; suma cukrów prostych: 117.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2768.97 kcal; Białko ogółem: 123.56 g; Tłuszcz: 103.72 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; Sól: 4.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.42 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;

wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.47 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 100g (1,2), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.84 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 91.19 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; Sól: 4.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.65 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 83.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.95 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 379.78 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.01 g; suma cukrów prostych: 87.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.20 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.80 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węglowodany ogółem: 356.54 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 83.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.85 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 61.33 g; Węglowodany ogółem: 368.48 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 87.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.64 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 87.45 g; Węglowodany ogółem: 287.16 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 70.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.20 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 90.06 g; Węglowodany ogółem: 223.12 g; Sól: 1.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.16 g; suma cukrów prostych: 84.58 g; Błonnik pokarmowy: 15.04 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.23 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 114.60 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt., Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.97 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.20 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.49 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 376.60 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 65.03 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemn. b/g b/ml 350ml (8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homogenizowany 70g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.79 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; Sól: 5.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 74.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Brokułowa z ziemn. b/g b/ml 350ml (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2019.00 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 45.65 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.17 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.95 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 39.30 g; Węglowodany ogółem: 365.78 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.43 g; suma cukrów prostych: 85.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.92 kcal; Białko ogółem: 127.57 g; Tłuszcz: 83.41 g; Węglowodany ogółem: 374.64 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; suma cukrów prostych: 97.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.02 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.89 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Salátka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2828.33 kcal; Białko ogółem: 130.76 g; Tłuszcz: 91.90 g; Węglowodany ogółem: 381.39 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.42 g; suma cukrów prostych: 89.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.65 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 83.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g, roszponka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, fasolka szparagowa z bulka tartą 120g(1,2), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.54 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 80.84 g; Węglowodany ogółem: 369.71 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.25 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 61.06 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.34 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 60.51 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.44 g; suma cukrów prostych: 88.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2243.08 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 53.70 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 86.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.73 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 329.41 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.45 kcal; Białko ogółem: 135.02 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.08 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; suma cukrów prostych: 87.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.97 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 87.44 g; Węglowodany ogółem: 237.24 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.48 g; suma cukrów prostych: 111.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.50 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.55 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 119.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.20 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 314.82 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 51.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.25 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 62.62 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 72.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.08 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 63.55 g; Węglowodany ogółem: 269.64 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1743.38 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 316.60 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.30 g; suma cukrów prostych: 77.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.45 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.86 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.60 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 91.77 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.34 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g , roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.73 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 57.44 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.97 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.85 kcal; Białko ogółem: 135.16 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 350.84 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.35 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.85 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 353.49 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 86.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, papryka 30g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3118.53 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 112.16 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.98 g; suma cukrów prostych: 131.34 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.58 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 405.62 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 128.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.98 kcal; Białko ogółem: 127.01 g; Tłuszcz: 77.48 g; Węglowodany ogółem: 384.45 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.33 g; suma cukrów prostych: 131.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.33 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 403.52 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 122.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.50 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 388.70 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 108.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2848.18 kcal; Białko ogółem: 136.61 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 408.92 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 131.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.43 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 284.40 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.94 g; suma cukrów prostych: 69.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.86 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 92.49 g; Węglowodany ogółem: 246.43 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; suma cukrów prostych: 106.27 g; Błonnik pokarmowy: 14.89 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.77 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 71.08 g; Węglowodany ogółem: 393.72 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 135.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.32 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 101.56 g; Węglowodany ogółem: 356.72 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.23 g; suma cukrów prostych: 72.70 g; Błonnik pokarmowy: 41.76 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), papryka 30g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2807.13 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 419.00 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 101.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. b/małki(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.30 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 59.61 g; Węglowodany ogółem: 315.22 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.04 g; suma cukrów prostych: 102.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.56 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 43.45 g; Węglowodany ogółem: 409.44 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.96 g; suma cukrów prostych: 95.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.78 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.61 g; suma cukrów prostych: 128.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

piątek 2025-04-18 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 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.75 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 71.87 g; Węglowodany ogółem: 329.30 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 113.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.47 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg 70g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3026.78 kcal; Białko ogółem: 157.77 g; Tłuszcz: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 428.22 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 150.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Banan 1 szt,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2953.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 77.21 g; Węglowodany ogółem: 449.23 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 172.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.11 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 79.40 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 84.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.11 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.22 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 69.33 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 82.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.62 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 117.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g;

sobota 2025-04-19 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 krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.23 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 58.86 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; suma cukrów prostych: 99.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.83 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 295.38 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; suma cukrów prostych: 102.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.27 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 80.04 g; Węglowodany ogółem: 317.96 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.58 g; suma cukrów prostych: 91.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.50 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 398.87 g; Sól: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 97.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.22 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 91.72 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.08 g; suma cukrów prostych: 124.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.86 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.27 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 133.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

sobota 2025-04-19 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, mandarynki 150g, Kaszotto dieta 250g (1,13), 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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1994.12 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 272.76 g; Sól: 1.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kaszotto jaskie dieta 250g (1,13), 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.22 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 327.05 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.26 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 279.78 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.57 g; suma cukrów prostych: 63.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1886.41 kcal; Białko ogółem: 59.11 g; Tłuszcz: 45.17 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.51 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1969.42 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.90 g; suma cukrów prostych: 82.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.92 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 85.03 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.84 g; suma cukrów prostych: 108.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;

sobota 2025-04-19 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 , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, mandarynki 150g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.27 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.83 g; suma cukrów prostych: 74.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.67 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 333.35 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.40 g; suma cukrów prostych: 100.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.52 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 84.57 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; suma cukrów prostych: 69.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chrzan 10g (2), babka 60g (1,2,3), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 100g, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3076.29 kcal; Białko ogółem: 138.44 g; Tłuszcz: 105.99 g; Węglowodany ogółem: 389.43 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.88 g; suma cukrów prostych: 129.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3062.35 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 93.90 g; Węglowodany ogółem: 440.69 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.72 g; suma cukrów prostych: 180.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2956.35 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 91.82 g; Węglowodany ogółem: 417.43 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.41 g; suma cukrów prostych: 180.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2775.55 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 404.75 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 144.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2886.16 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 82.59 g; Węglowodany ogółem: 450.38 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.04 g; suma cukrów prostych: 165.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3246.45 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; Tłuszcz: 104.61 g; Węglowodany ogółem: 445.10 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.10 g; suma cukrów prostych: 183.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1913.31 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 276.18 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.19 g; suma cukrów prostych: 78.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.09 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węglowodany ogółem: 236.12 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.07 g; suma cukrów prostych: 113.07 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2760.26 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 392.70 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 144.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka św. 100g , rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), babka 60g (1,2,3), chrzan 10g (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.97 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 94.26 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; suma cukrów prostych: 77.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3174.76 kcal; Białko ogółem: 126.12 g; Tłuszcz: 95.61 g; Węglowodany ogółem: 464.47 g; Sól: 3.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.29 g; suma cukrów prostych: 180.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 25g - 1 szt.,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.13 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 144.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;

niedziela 2025-04-20 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., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.26 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 58.64 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.99 g; suma cukrów prostych: 135.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2890.55 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 75.03 g; Węglowodany ogółem: 440.44 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; suma cukrów prostych: 179.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.85 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 443.73 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 185.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), filet pieczony z indyka 60g , papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Salatkę z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2865.75 kcal; Białko ogółem: 138.00 g; Tłuszcz: 83.42 g; Węglowodany ogółem: 397.80 g; Sól: 4.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 136.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3542.75 kcal; Białko ogółem: 150.47 g; Tłuszcz: 128.90 g; Węglowodany ogółem: 441.95 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.32 g; suma cukrów prostych: 180.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), babka 60g (1,2,3), dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.96 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 432.25 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 168.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

Dietetyk

.....