

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-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), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), 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]: 2578.34 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 84.57 g; Węglowodany ogółem: 375.59 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 114.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 2419.96 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 70.92 g; Węglowodany ogółem: 367.84 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 108.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 2512.36 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 370.43 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 111.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 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*, ziemniaki 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]: 2381.10 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 60.81 g; Węglowodany ogółem: 373.00 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 104.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 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*, ziemniaki 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]: 2435.67 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 379.35 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 106.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 2599.16 kcal; Białko ogółem: 114.16 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 379.60 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 120.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemiacczana 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*,
		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.45 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 276.13 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.34 g; suma cukrów prostych: 80.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemiacczana 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,
		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.90 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 252.25 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.73 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g;

poniedziałek 2025-05-12 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),	Ziemiacczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	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,	Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.02 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 321.57 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.82 g; suma cukrów prostych: 116.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.19 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.99 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 348.45 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 64.00 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemiacczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, ziemniaki 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,	Posilek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.70 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 61.21 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 108.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiacczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2040.46 kcal; Białko ogółem: 68.84 g; Tłuszcz: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 361.69 g; Sól: 1.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.83 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 2248.16 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.48 g; suma cukrów prostych: 108.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 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]: 2353.45 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 64.51 g; Węglowodany ogółem: 362.87 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 143.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

poniedziałek 2025-05-12 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*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 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]: 2290.04 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 71.11 g; Węglowodany ogółem: 322.88 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.97 g; suma cukrów prostych: 71.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

poniedziałek 2025-05-12 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), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 3159.76 kcal; Białko ogółem: 145.93 g; Tłuszcz: 113.11 g; Węglowodany ogółem: 389.39 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.61 g; suma cukrów prostych: 128.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;

poniedziałek 2025-05-12 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, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 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]: 2516.96 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 116.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-13 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*,	ogórkowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.93 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 97.60 g; Węglowodany ogółem: 411.48 g; Sól: 4.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 116.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (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 roszponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-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]: 2712.14 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 88.97 g; Węglowodany ogółem: 375.26 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 105.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-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]: 2583.10 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 377.34 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 107.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 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, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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]: 2312.17 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 321.96 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 105.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 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 pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: 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 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), schab gotowany 80g, ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszenno-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]: 2536.50 kcal; Białko ogółem: 124.80 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 95.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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]: 2204.19 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 324.48 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.69 g; suma cukrów prostych: 104.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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]: 2452.51 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 98.32 g; Węglowodany ogółem: 296.44 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.70 g; suma cukrów prostych: 141.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.12 g;

wtorek 2025-05-13 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 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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]: 2526.56 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 71.41 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; suma cukrów prostych: 112.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

wtorek 2025-05-13 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 rosponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, schab gotowany 80g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 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]: 2572.52 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 81.78 g; Węglowodany ogółem: 372.48 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 68.89 g; Błonnik pokarmowy: 44.50 g;

wtorek 2025-05-13 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 rosponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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]: 2883.40 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 435.26 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 114.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.12 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosponką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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]: 1878.25 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 49.74 g; Węglowodany ogółem: 280.82 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.96 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;

wtorek 2025-05-13 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 rosponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml b/ml,	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]: 2109.18 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Węglowodany ogółem: 352.92 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.29 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-13 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., twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250 g, 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]: 2500.49 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 382.38 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.36 g; suma cukrów prostych: 112.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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*, twaróg krajanka 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]: 2557.56 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 75.42 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 107.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-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 rosółką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 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]: 2682.95 kcal; Białko ogółem: 120.03 g; Tłuszcz: 67.12 g; Węglowodany ogółem: 413.63 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.60 g; suma cukrów prostych: 121.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g;

wtorek 2025-05-13 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 rosółką i czarnuszką 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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]: 2877.35 kcal; Białko ogółem: 125.73 g; Tłuszcz: 109.56 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; Sól: 4.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.19 g; suma cukrów prostych: 88.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

wtorek 2025-05-13 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 rosółką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), schab gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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]: 2572.85 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 88.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-14 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 łososiem i tołpygą 70g (1,4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek konserwowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 67.66 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; suma cukrów prostych: 77.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

środa 2025-05-14 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	Podwieczerek: 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]: 2278.05 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 59.70 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

środa 2025-05-14 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*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2348.90 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 56.91 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.38 g; suma cukrów prostych: 85.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;

środa 2025-05-14 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), 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*,	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 ,
	Podwieczerek: 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]: 2336.17 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 70.07 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 80.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

środa 2025-05-14 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), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2489.65 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 86.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

środa 2025-05-14 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),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: 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]: 2415.25 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 60.40 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; suma cukrów prostych: 84.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

środa 2025-05-14 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 2025-05-14 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 2025-05-14 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), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.18 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 314.74 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 112.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;

środa 2025-05-14 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 lososiem i tołpygą 70g (1,4), rukola 5g, ogórek konserwowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.45 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 342.33 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.45 g; suma cukrów prostych: 66.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g;

środa 2025-05-14 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),	Krupnik 350ml(1,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	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]: 2358.95 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 378.29 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 66.49 g; Błonnik pokarmowy: 39.57 g;

środa 2025-05-14 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),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), 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 homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.90 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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]: 2037.65 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; Sól: 4.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.63 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-14 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	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]: 2113.35 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 362.27 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.64 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

środa 2025-05-14 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 lososiem i tołpygą 70g (1,4), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2539.50 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 360.10 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 93.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek konserwowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	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: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.50 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 58.26 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.44 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

środa 2025-05-14 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 lososiem i tołpygą 70g (1,4), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2680.75 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 87.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

środa 2025-05-14 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),	Krupnik 350ml(1,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	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]: 2278.05 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 59.70 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-15 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,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchewka z groszkiem 120g (1,2), Filet z kurczaka duszony 80g, Sos musztardowy 100ml (1,2,11),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.22 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 63.62 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 101.20 g; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.84 kcal; Białko ogółem: 122.07 g; Tłuszcz: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 93.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (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,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, 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), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.43 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.60 g; suma cukrów prostych: 100.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

czwartek 2025-05-15 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, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.35 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; suma cukrów prostych: 96.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 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 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), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.51 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 55.79 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.01 g; suma cukrów prostych: 85.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (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,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.04 kcal; Białko ogółem: 149.79 g; Tłuszcz: 65.24 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.71 g; suma cukrów prostych: 98.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

czwartek 2025-05-15 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 2025-05-15 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 2025-05-15 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]: 2332.05 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 119.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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 talarki 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]: 2502.89 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 77.28 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 72.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2540.35 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 372.60 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 74.00 g; Błonnik pokarmowy: 40.50 g;

czwartek 2025-05-15 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, buraczki gotowane 120g (1,2), 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]: 2090.57 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 62.36 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g;

czwartek 2025-05-15 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*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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]: 1782.87 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.04 g; suma cukrów prostych: 87.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.04 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 361.26 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.02 g; suma cukrów prostych: 93.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.69 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 93.30 g; Węglowodany ogółem: 360.25 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.50 g; suma cukrów prostych: 93.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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 talarki 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]: 2517.88 kcal; Białko ogółem: 132.16 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 361.56 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; suma cukrów prostych: 81.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.44 kcal; Białko ogółem: 149.93 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 95.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

czwartek 2025-05-15 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 ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.44 kcal; Białko ogółem: 135.83 g; Tłuszcz: 72.39 g; Węglowodany ogółem: 367.80 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 98.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, 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 ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3218.84 kcal; Białko ogółem: 120.79 g; Tłuszcz: 125.26 g; Węglowodany ogółem: 412.33 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.43 g; suma cukrów prostych: 130.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.05 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 426.64 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 151.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), 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), twarózek 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]: 2620.45 kcal; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 405.47 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 154.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

piątek 2025-05-16 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 krajanka 70g (2), pomidor 100g, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.51 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 394.39 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 117.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2542.98 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 61.53 g; Węglowodany ogółem: 409.72 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 131.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.65 kcal; Białko ogółem: 125.19 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 429.94 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 154.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	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*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1989.13 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 281.29 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.52 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	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]: 1862.46 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 223.73 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 88.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g;

piątek 2025-05-16 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*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	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]: 2585.04 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 386.10 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 130.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

piątek 2025-05-16 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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Salatką z pomidorem,salatką 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*, Surówka z kapusty kisz 120g*, 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), szynka piastowska 50g(8), 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]: 2443.29 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 77.39 g; Węglowodany ogółem: 349.89 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 69.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;

piątek 2025-05-16 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), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	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*, Surówka z kapusty kisz 120g*, 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), 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]: 2695.85 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 434.35 g; Sól: 3.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 129.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.59 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. b/maki(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 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]: 1971.80 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz: 44.81 g; Węglowodany ogółem: 321.74 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.02 g; suma cukrów prostych: 127.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

piątek 2025-05-16 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., jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	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]: 2237.40 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 437.64 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.35 g; suma cukrów prostych: 128.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-16 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 krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), 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]: 2474.25 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 426.39 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.79 g; suma cukrów prostych: 151.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2307.22 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 59.09 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 136.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Salatkę z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	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*, Surówka z kapusty kisz 120g*, 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]: 2479.54 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 357.69 g; Sól: 5.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.08 g; suma cukrów prostych: 72.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2911.05 kcal; Białko ogółem: 138.43 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 447.84 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.64 g; suma cukrów prostych: 172.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), miód 1 szt.(25g), dżem 50g,	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*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2877.05 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 470.25 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 195.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-17 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), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 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]: 2346.44 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 79.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g;

sobota 2025-05-17 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), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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]: 2174.94 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 80.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

sobota 2025-05-17 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),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2340.94 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 336.12 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 117.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

sobota 2025-05-17 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), twarózek 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 2025-05-17 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 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), ogórek zielony talarki 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]: 2064.82 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 102.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog. naturalny 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*, Salata 10g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 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]: 2376.89 kcal; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 308.85 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.44 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinakowa z ziemn.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]: 2434.03 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 386.42 g; Sól: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.09 g; suma cukrów prostych: 97.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.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]: 2322.75 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 280.22 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.07 g; suma cukrów prostych: 124.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, 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*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.20 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 77.21 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; suma cukrów prostych: 135.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g;

sobota 2025-05-17 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), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, mandarynki 150g, Risotto dieta 250g* (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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 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]: 2099.56 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 254.52 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 49.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

sobota 2025-05-17 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), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 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*, Sałata 10g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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]: 2265.94 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 75.49 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 66.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g;

sobota 2025-05-17 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 sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.46 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.20 g; suma cukrów prostych: 64.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;

sobota 2025-05-17 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), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałata 10g,	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]: 1786.59 kcal; Białko ogółem: 58.31 g; Tłuszcz: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 310.98 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.76 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-17 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 konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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]: 2003.14 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 55.80 g; Węglowodany ogółem: 299.06 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.37 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Vegetariańska 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, rozspanka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Salata 10g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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 papryką czerwoną, jajkiem, rukolą 100g* (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.59 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 91.26 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.30 g; suma cukrów prostych: 111.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

sobota 2025-05-17 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), pomidor 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rozspanka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g, mandarynki 150g, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 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]: 2106.89 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 290.26 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.50 g; suma cukrów prostych: 72.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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]: 2725.39 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 102.78 g; Węglowodany ogółem: 324.10 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.87 g; suma cukrów prostych: 98.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

sobota 2025-05-17 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),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Salata 10g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	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 talarki 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]: 2295.34 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 87.47 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.50 g; suma cukrów prostych: 69.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2648.44 kcal; Białko ogółem: 126.90 g; Tłuszcz: 88.73 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.97 g; suma cukrów prostych: 101.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

niedziela 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	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), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.55 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 86.70 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 129.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

niedziela 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2),	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), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.55 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 84.62 g; Węglowodany ogółem: 338.52 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 130.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g;

niedziela 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.75 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 363.64 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 131.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

niedziela 2025-05-18 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 talarki 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	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), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.36 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 75.39 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.25 g; suma cukrów prostych: 114.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

niedziela 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), serek wiejski 70g (2), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2823.65 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; Tłuszcz: 97.41 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.31 g; suma cukrów prostych: 133.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(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,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1813.01 kcal; Białko ogółem: 74.77 g; Tłuszcz: 53.87 g; Węglowodany ogółem: 268.62 g; Sól: 1.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.04 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż 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*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 93.53 g; Węglowodany ogółem: 231.72 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.20 g; suma cukrów prostych: 120.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.88 g;

niedziela 2025-05-18 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*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	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), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.06 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 359.15 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 135.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

niedziela 2025-05-18 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,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g, 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), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.92 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 306.07 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g;

niedziela 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g, 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), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.81 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 382.57 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 127.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

niedziela 2025-05-18 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),	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, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.13 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 115.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

niedziela 2025-05-18 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., 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), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	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 2025-05-18 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, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	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), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.75 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 67.83 g; Węglowodany ogółem: 361.53 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.63 g; suma cukrów prostych: 129.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
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, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.40 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; suma cukrów prostych: 131.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

niedziela 2025-05-18 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 pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), buraczki gotowane 120g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.70 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 357.23 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.01 g; suma cukrów prostych: 123.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

niedziela 2025-05-18 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), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3119.95 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 121.70 g; Węglowodany ogółem: 363.04 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.53 g; suma cukrów prostych: 129.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

niedziela 2025-05-18 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), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	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*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.26 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 83.52 g; Węglowodany ogółem: 353.52 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 118.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

Dietetyk
