

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Sałata 10g, pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.42 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 414.30 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.07 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 377.34 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 108.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.47 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.60 g; suma cukrów prostych: 109.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.39 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 83.36 g; Węglowodany ogółem: 376.18 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 110.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.39 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 83.36 g; Węglowodany ogółem: 376.48 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 109.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), roszponka 5g , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2924.37 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 98.77 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.76 g; suma cukrów prostych: 112.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.00 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 266.02 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1836.81 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 200.79 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskopity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2775.60 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 437.24 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 105.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

poniedziałek 2025-05-19 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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Sałatka 10g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153.97 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 280.60 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 53.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozspanka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałatka 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.22 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 80.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozspanka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9), Biskopity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.89 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 84.76 g; Węglowodany ogółem: 311.60 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.89 g; suma cukrów prostych: 120.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozspanka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Biskopity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.04 kcal; Białko ogółem: 58.21 g; Tłuszcz: 55.80 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.18 g; suma cukrów prostych: 123.20 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.27 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 55.56 g; Węglowodany ogółem: 394.55 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.18 g; suma cukrów prostych: 117.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.47 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 103.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., makaron z serem 350g* (1,2,3),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.07 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 58.44 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.71 g; suma cukrów prostych: 80.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2)., polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3172.67 kcal; Białko ogółem: 149.25 g; Tłuszcz: 103.62 g; Węglowodany ogółem: 402.93 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.19 g; suma cukrów prostych: 130.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, rozszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.97 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 379.93 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 110.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa smażona 140g (1)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.10 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 76.92 g; Węglowodany ogółem: 371.86 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 113.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.50 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 75.45 g; Węglowodany ogółem: 351.30 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 95.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.60 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 74.60 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 76.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.94 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 56.26 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 76.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), indyk gotowany 80 g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.71 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 355.33 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 78.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.50 kcal; Białko ogółem: 135.49 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 355.60 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 99.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.17 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 115.85 g; Błonnik pokarmowy: 12.81 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.35 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 102.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.00 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 280.93 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 79.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.70 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 303.22 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; suma cukrów prostych: 67.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem b/mąki 350ml (2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1913.10 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 68.07 g; Węglowodany ogółem: 232.52 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.11 g; suma cukrów prostych: 79.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.71 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 40.72 g; Węglowodany ogółem: 320.82 g; Sól: 4.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.25 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.60 kcal; Białko ogółem: 128.84 g; Tłuszcz: 66.72 g; Węglowodany ogółem: 353.71 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; suma cukrów prostych: 99.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.80 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 112.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.45 kcal; Białko ogółem: 128.04 g; Tłuszcz: 66.40 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; suma cukrów prostych: 95.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2877.90 kcal; Białko ogółem: 135.63 g; Tłuszcz: 100.60 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.62 g; suma cukrów prostych: 97.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.50 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 95.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.67 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 95.42 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 106.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.07 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 109.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.17 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 77.05 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.34 g; suma cukrów prostych: 111.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.32 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 110.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.67 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 354.56 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 111.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.47 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 337.77 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 113.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1767.08 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 207.97 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1482.36 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 141.02 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 10.09 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.97 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Sól: 4.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 109.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.34 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), jablko deserowe 1 szt. , Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.37 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 91.56 g; Węglowodany ogółem: 213.61 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 41.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.14 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 305.03 g; Sól: 1.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 99.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1974.75 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 257.52 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.72 g; suma cukrów prostych: 113.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, schab na kartki 50g*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g, roszonek 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1983.50 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 48.21 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Sól: 5.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.27 g; suma cukrów prostych: 102.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.17 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 346.08 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.99 g; suma cukrów prostych: 121.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.99 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 75.77 g; Węglowodany ogółem: 369.87 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 138.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.62 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 89.23 g; Węglowodany ogółem: 311.99 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; suma cukrów prostych: 85.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2966.47 kcal; Białko ogółem: 157.30 g; Tłuszcz: 100.77 g; Węglowodany ogółem: 356.67 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 130.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.57 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 109.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), schab duszony 80g*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos curry 100ml ,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.86 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 88.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.73 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 69.90 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 72.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.73 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 83.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.93 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.83 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 83.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.83 kcal; Białko ogółem: 132.55 g; Tłuszcz: 73.96 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.22 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 85.18 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.87 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 84.14 g; Węglowodany ogółem: 240.83 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 99.43 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.60 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.54 g; suma cukrów prostych: 89.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos marchewkowy 100g (1),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.75 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 61.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.45 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.20 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.02 g; suma cukrów prostych: 86.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1923.00 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 47.18 g; Węglowodany ogółem: 291.13 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.73 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.52 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 49.43 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.93 g; suma cukrów prostych: 63.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.43 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.98 g; suma cukrów prostych: 80.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.95 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 67.50 g; Węglowodany ogółem: 361.25 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 93.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salata z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos marchewkowy 100g (1),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.35 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 57.80 g; Węglowodany ogółem: 362.31 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.14 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2888.83 kcal; Białko ogółem: 146.55 g; Tłuszcz: 93.36 g; Węglowodany ogółem: 357.41 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z grysikiem 350g (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.83 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 72.84 g; Węglowodany ogółem: 353.41 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2882.71 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 94.81 g; Węglowodany ogółem: 398.71 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 93.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.14 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 354.21 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.98 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 70.39 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; suma cukrów prostych: 89.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.11 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 65.16 g; Węglowodany ogółem: 335.18 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.28 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.76 g; suma cukrów prostych: 68.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.38 kcal; Białko ogółem: 141.30 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 93.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Zacierka na ml.jajo - 350 ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2627.23 kcal; Białko ogółem: 120.52 g; Tłuszcz: 94.50 g; Węglowodany ogółem: 330.80 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 98.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Zacierka na ml,jajo - 350 ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.28 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 104.20 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 113.59 g; Błonnik pokarmowy: 15.92 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.20 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 349.03 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.89 g; suma cukrów prostych: 87.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2106.68 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 300.80 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 54.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.13 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 92.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-maki350ml,(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1725.06 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 53.09 g; Węglowodany ogółem: 241.68 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 49.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1786.06 kcal; Białko ogółem: 73.71 g; Tłuszcz: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.71 g; suma cukrów prostych: 77.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.38 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 51.23 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.37 g; suma cukrów prostych: 88.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.68 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, kajzerka 50g (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), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.78 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 54.00 g; Węglowodany ogółem: 350.02 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.92 g; suma cukrów prostych: 68.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2974.54 kcal; Białko ogółem: 156.95 g; Tłuszcz: 100.57 g; Węglowodany ogółem: 360.72 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.16 g; suma cukrów prostych: 92.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.18 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.67 g; suma cukrów prostych: 88.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kotlet mielony 100 g (1,2), surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3121.44 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; Tłuszcz: 116.11 g; Węglowodany ogółem: 414.42 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.97 g; suma cukrów prostych: 123.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.19 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 88.54 g; Węglowodany ogółem: 417.89 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 135.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.49 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 84.58 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.90 g; suma cukrów prostych: 137.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.47 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 407.90 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 140.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2847.41 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.04 g; suma cukrów prostych: 123.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3122.04 kcal; Białko ogółem: 130.62 g; Tłuszcz: 106.69 g; Węglowodany ogółem: 407.37 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.63 g; suma cukrów prostych: 124.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.73 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 250.62 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 101.62 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.10 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 102.53 g; Węglowodany ogółem: 228.57 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.70 g; suma cukrów prostych: 135.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.87 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 86.41 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.67 g; suma cukrów prostych: 144.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;

sobota 2025-05-24 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), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rozspanka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.39 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 338.64 g; Sól: 4.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 59.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.85 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z rozspanką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2820.09 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 415.71 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.00 g; suma cukrów prostych: 120.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z rozspanką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.51 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 301.28 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 114.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Salátka z rozspanką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/ml 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.85 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 47.63 g; Węglowodany ogółem: 379.32 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.54 g; suma cukrów prostych: 115.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.49 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 68.07 g; Węglowodany ogółem: 418.44 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.14 g; suma cukrów prostych: 137.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.37 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.95 g; suma cukrów prostych: 152.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.54 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 81.19 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.46 g; suma cukrów prostych: 77.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3302.49 kcal; Białko ogółem: 145.62 g; Tłuszcz: 122.29 g; Węglowodany ogółem: 402.44 g; Sól: 4.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.23 g; suma cukrów prostych: 119.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mandarynki 150g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.29 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 432.20 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 146.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.47 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 79.10 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 104.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.25 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 98.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.25 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.49 g; suma cukrów prostych: 103.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.80 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 83.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

niedziela 2025-05-25 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), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.70 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 62.08 g; Węglowodany ogółem: 348.21 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.65 kcal; Białko ogółem: 134.74 g; Tłuszcz: 83.62 g; Węglowodany ogółem: 341.41 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 99.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.54 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 81.30 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 106.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.88 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 245.72 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 112.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.54 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2635.35 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 77.85 g; Węglowodany ogółem: 378.21 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; suma cukrów prostych: 137.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.17 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.42 kcal; Białko ogółem: 130.94 g; Tłuszcz: 81.47 g; Węglowodany ogółem: 375.71 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 102.86 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.70 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

niedziela 2025-05-25 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., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.85 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.64 g; suma cukrów prostych: 99.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.00 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 354.16 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 110.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.52 kcal; Białko ogółem: 127.91 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.50 g; suma cukrów prostych: 92.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2924.65 kcal; Białko ogółem: 143.72 g; Tłuszcz: 106.51 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.94 g; suma cukrów prostych: 100.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.60 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 350.27 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; suma cukrów prostych: 100.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

Dietetyk

.....