

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowy 150g m (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.23 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 344.00 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 113.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.29 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 107.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.89 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 109.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.97 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 361.36 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; suma cukrów prostych: 105.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.88 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 103.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.89 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 109.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.33 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 80.03 g; Węglowodany ogółem: 292.65 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.08 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 82.82 g; Węglowodany ogółem: 248.73 g; Sól: 1.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.76 g; suma cukrów prostych: 106.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.92 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.07 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 430.16 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza gryczana 200 g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z lososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.51 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 69.72 g; Węglowodany ogółem: 284.52 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; suma cukrów prostych: 52.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza gryczana 200 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.76 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 338.12 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 100.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homogenizowany 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.00 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 309.23 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 109.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy mianny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.84 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.88 g; suma cukrów prostych: 129.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2102.89 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 48.88 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.25 g; suma cukrów prostych: 107.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.21 kcal; Białko ogółem: 126.74 g; Tłuszcz: 70.53 g; Węglowodany ogółem: 398.39 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 129.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza jęczmienna 200 g(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek zielony talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.71 g; suma cukrów prostych: 89.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2875.89 kcal; Białko ogółem: 124.91 g; Tłuszcz: 94.31 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.55 g; suma cukrów prostych: 145.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.29 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 107.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bulgarska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.87 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 333.75 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 78.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.41 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 68.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.11 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.77 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 70.37 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.59 g; suma cukrów prostych: 74.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.93 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.21 kcal; Białko ogółem: 122.49 g; Tłuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 328.84 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 71.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.53 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 99.31 g; Węglowodany ogółem: 305.42 g; Sól: 1.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.59 g; suma cukrów prostych: 75.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.46 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 81.86 g; Węglowodany ogółem: 251.22 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 97.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.61 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.20 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.94 g; suma cukrów prostych: 109.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.67 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 59.88 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.71 g; suma cukrów prostych: 63.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.87 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 312.40 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 74.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	ziemniaczana b-maki 350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.87 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 269.54 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.68 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.79 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 415.64 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.28 g; suma cukrów prostych: 97.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.01 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.79 g; suma cukrów prostych: 68.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.70 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 82.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.47 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 369.15 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.81 g; suma cukrów prostych: 107.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),. Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g , ser żółty 60g (2),	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2), ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2965.61 kcal; Białko ogółem: 151.31 g; Tłuszcz: 115.27 g; Węglowodany ogółem: 330.23 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.85 g; suma cukrów prostych: 71.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.51 kcal; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 339.89 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Salátka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3149.40 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 76.93 g; Węglowodany ogółem: 459.89 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 122.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), salata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.30 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 391.92 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 98.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.96 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; suma cukrów prostych: 78.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.96 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2962.70 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 394.02 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; suma cukrów prostych: 100.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2139.39 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 289.87 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 87.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.39 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 247.62 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Błonnik pokarmowy: 17.34 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.11 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 68.53 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 96.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kaszotto dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.11 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 85.93 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.34 g; suma cukrów prostych: 82.99 g; Błonnik pokarmowy: 38.30 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350g (1,2), herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto dieta 250g (1,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.12 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 78.51 g; Węglowodany ogółem: 361.98 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 101.42 g; Błonnik pokarmowy: 43.79 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.46 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 74.03 g; Węglowodany ogółem: 263.91 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2046.23 kcal; Białko ogółem: 55.96 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 317.94 g; Sól: 1.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.30 g; suma cukrów prostych: 102.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.90 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 391.68 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.53 g; suma cukrów prostych: 98.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2932.30 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 82.56 g; Węglowodany ogółem: 391.67 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 98.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2941.41 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 404.93 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 103.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3544.70 kcal; Białko ogółem: 141.01 g; Tłuszcz: 116.86 g; Węglowodany ogółem: 407.33 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.90 g; suma cukrów prostych: 111.90 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kasza manna na mleku 350g (1,2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata 10g, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2932.30 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 82.56 g; Węglowodany ogółem: 391.67 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 98.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , mix салат 5g*,	ogórkowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2802.12 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 82.58 g; Węglowodany ogółem: 430.80 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 114.54 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mix салат 5g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.53 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 398.53 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 120.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.73 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 379.49 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.40 g; suma cukrów prostych: 124.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.68 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 84.27 g; Węglowodany ogółem: 397.59 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.13 g; suma cukrów prostych: 123.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2738.68 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 395.69 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.10 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.53 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 403.08 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 123.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.60 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 95.21 g; Węglowodany ogółem: 230.01 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 88.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.79 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2090.30 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 96.57 g; Węglowodany ogółem: 205.60 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.23 g; suma cukrów prostych: 113.74 g; Błonnik pokarmowy: 15.51 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.40 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 69.14 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 124.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , mix sałat 5g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos marchewkowy 100g (1),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.58 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 331.69 g; Sól: 4.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.41 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.25 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 390.66 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 125.72 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, mix sałat 5g*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml 350ml (8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, 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 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.25 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 129.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), mix sałat 5g*,	szpinakowa z ziemn. b/mąki b/ml 350ml (8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.48 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 403.10 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.78 g; suma cukrów prostych: 99.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mix салат 5g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.73 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 43.93 g; Węglowodany ogółem: 398.28 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.36 g; suma cukrów prostych: 119.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.05 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 81.03 g; Węglowodany ogółem: 393.12 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 119.68 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.23 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 51.22 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.09 g; suma cukrów prostych: 95.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3401.13 kcal; Białko ogółem: 167.22 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 453.34 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.69 g; suma cukrów prostych: 135.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.53 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 398.53 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 120.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	pieczarkowa z makaronem 350ml (1,2,3,8), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, papryka 30g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2890.72 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 102.02 g; Węglowodany ogółem: 382.61 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.28 g; suma cukrów prostych: 91.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 40g (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.19 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; suma cukrów prostych: 121.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.49 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.24 g; suma cukrów prostych: 122.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.88 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 62.89 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.62 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 369.59 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 99.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.09 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 337.67 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 93.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.21 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 315.78 g; Sól: 1.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.71 g; suma cukrów prostych: 91.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.58 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 92.95 g; Węglowodany ogółem: 260.37 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.90 g; suma cukrów prostych: 115.94 g; Błonnik pokarmowy: 14.16 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 40g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.30 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 78.74 g; Węglowodany ogółem: 331.11 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.50 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z rozponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.43 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 76.06 g; Węglowodany ogółem: 290.85 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 51.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2),	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, groszek zielony 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), papryka świeża 30g.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.69 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 103.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.69 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1848.40 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.66 g; suma cukrów prostych: 105.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1991.90 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 369.45 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.37 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.89 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 365.67 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.72 g; suma cukrów prostych: 121.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.69 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 121.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), Salátka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*, mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.04 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; suma cukrów prostych: 80.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3115.09 kcal; Białko ogółem: 131.25 g; Tłuszcz: 122.74 g; Węglowodany ogółem: 368.67 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.55 g; suma cukrów prostych: 122.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.19 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 121.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Stek wieprzowy z cebulką 100g (1,2,3,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2871.70 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 109.38 g; Węglowodany ogółem: 378.82 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.54 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 103.09 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 88.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 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, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.02 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 103.07 g; Węglowodany ogółem: 386.49 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 92.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.82 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), papryka św. 100g , Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.62 g; suma cukrów prostych: 94.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2783.69 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 106.73 g; Węglowodany ogółem: 347.75 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 78.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.01 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 104.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.81 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 89.98 g; Węglowodany ogółem: 257.28 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.07 g; suma cukrów prostych: 131.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.81 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 97.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.62 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 84.41 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 40.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.72 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 56.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-maki350ml,(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.89 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz: 69.80 g; Węglowodany ogółem: 272.44 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 75.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.87 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.04 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.61 g; suma cukrów prostych: 73.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.14 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 359.71 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.19 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.17 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.24 g; suma cukrów prostych: 95.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.02 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 58.60 g; Węglowodany ogółem: 346.43 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.28 g; suma cukrów prostych: 66.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Grejfrut 1/2 szt , marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2974.89 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 122.90 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.74 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), mandarynka 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.34 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 85.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salatk z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.89 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 101.80 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.25 g; suma cukrów prostych: 94.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Twaróg z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.57 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 79.37 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; suma cukrów prostych: 103.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.41 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.18 g; suma cukrów prostych: 106.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.41 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 103.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.62 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 352.18 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.96 g; suma cukrów prostych: 98.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.21 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 333.59 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 102.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.99 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 94.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.55 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 272.96 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 118.45 g; Błonnik pokarmowy: 16.56 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.30 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.55 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 92.88 g; Węglowodany ogółem: 294.02 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 69.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), rozponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.17 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 69.66 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.72 g; suma cukrów prostych: 55.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rozponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.93 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 78.27 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.90 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz: 47.59 g; Węglowodany ogółem: 371.88 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.26 g; suma cukrów prostych: 94.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.41 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 332.89 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.47 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.66 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 436.80 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 181.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek konserwowy 100g*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.65 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.21 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.43 g; suma cukrów prostych: 100.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.26 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 106.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;

Dietetyk

.....