

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Grochowa z ziem. 350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3), sałata zielona 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.73 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 411.60 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 111.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.14 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 111.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.54 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 388.79 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 114.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), sałata zielona 10g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.85 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 57.94 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 99.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 63.40 g; Węglowodany ogółem: 375.41 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.40 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 59.89 g; Węglowodany ogółem: 389.84 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 121.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.89 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.83 g; suma cukrów prostych: 80.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.80 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 91.89 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.22 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.56 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.97 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 113.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuz 150g*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.05 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 65.63 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; suma cukrów prostych: 39.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałata zielona 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.30 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.50 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.27 g; suma cukrów prostych: 105.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, makaron z jabłkami 350g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.60 kcal; Białko ogółem: 49.36 g; Tłuszcz: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 386.63 g; Sól: 1.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.86 g; suma cukrów prostych: 126.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2121.34 kcal; Białko ogółem: 71.09 g; Tłuszcz: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 385.96 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.47 g; suma cukrów prostych: 111.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Makaron z truskawkami 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2)., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.04 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 62.41 g; Węglowodany ogółem: 408.08 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 133.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuż 150g*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.85 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 48.80 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.46 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, arbuż 200g, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2)., jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2910.94 kcal; Białko ogółem: 127.92 g; Tłuszcz: 97.97 g; Węglowodany ogółem: 377.55 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.36 g; suma cukrów prostych: 108.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z truskawkami 350g (1,2,3),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.14 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 58.88 g; Węglowodany ogółem: 391.30 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 119.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Zupa minestrone 350ml (1,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2783.40 kcal; Białko ogółem: 125.24 g; Tłuszcz: 77.48 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.36 g; suma cukrów prostych: 110.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.86 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 369.30 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 96.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.42 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.66 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 327.02 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 98.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.62 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 78.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.22 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 350.30 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.54 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 58.83 g; Węglowodany ogółem: 320.07 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.25 g; suma cukrów prostych: 98.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.21 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 94.88 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.94 g; suma cukrów prostych: 137.95 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.41 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 358.16 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 103.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.54 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.01 g; suma cukrów prostych: 57.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.70 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2737.82 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 430.74 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.17 g; suma cukrów prostych: 105.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2031.32 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2046.77 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; Sól: 1.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.26 g; suma cukrów prostych: 71.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.81 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.27 g; suma cukrów prostych: 103.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.41 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 364.20 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.49 g; suma cukrów prostych: 98.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2760.97 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 75.92 g; Węglowodany ogółem: 403.14 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 106.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2951.27 kcal; Białko ogółem: 145.64 g; Tłuszcz: 104.85 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.22 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.57 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 80.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek konserwowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto dieta 250g* (13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.11 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 356.75 g; Sól: 3.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 82.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.68 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 348.20 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 80.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto dieta 250g* (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.80 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.58 g; suma cukrów prostych: 81.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;

środa 2025-07-09 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, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.07 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 83.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.67 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2565.88 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 353.10 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.38 g; suma cukrów prostych: 85.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.59 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 88.65 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.15 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 243.92 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.96 g; suma cukrów prostych: 97.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.30 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 69.34 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 107.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, ogórek konserwowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.16 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 85.05 g; Węglowodany ogółem: 336.50 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 62.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto dieta 250g* (13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.70 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 63.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml*(2,8,13), ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.30 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1903.35 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.32 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.98 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 56.27 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.10 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salata z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.24 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.84 g; suma cukrów prostych: 86.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Salata z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek konserwowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.11 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.16 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Salata z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2940.36 kcal; Białko ogółem: 138.53 g; Tłuszcz: 108.46 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.09 g; suma cukrów prostych: 86.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto dieta 250g* (13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.68 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 348.20 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 80.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	paprykarz 50g(4,8), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.69 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 388.78 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 102.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.68 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 63.07 g; Węglowodany ogółem: 370.57 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.75 g; suma cukrów prostych: 92.02 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.28 kcal; Białko ogółem: 135.61 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 354.37 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.04 g; suma cukrów prostych: 98.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.47 g;

czwartek 2025-07-10 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, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.74 kcal; Białko ogółem: 124.76 g; Tłuszcz: 50.61 g; Węglowodany ogółem: 359.08 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; suma cukrów prostych: 94.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.16 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 350.02 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 86.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.88 kcal; Białko ogółem: 149.73 g; Tłuszcz: 63.77 g; Węglowodany ogółem: 375.47 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 96.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.59 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.48 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 229.30 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.19 g; suma cukrów prostych: 98.61 g; Błonnik pokarmowy: 14.51 g;

czwartek 2025-07-10 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),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.96 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 63.27 g; Węglowodany ogółem: 363.90 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 119.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos brokułowy 100ml(1,2),	paprykarz 50g(4,8), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.61 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.60 g; suma cukrów prostych: 58.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.92 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.45 kcal; Białko ogółem: 127.05 g; Tłuszcz: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 382.09 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 74.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.03 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.31 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1903.51 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.99 g; suma cukrów prostych: 86.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rosółka 5g , rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.88 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 370.32 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.46 g; suma cukrów prostych: 91.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), sos brokułowy 100ml(1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.13 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 371.17 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.13 g; suma cukrów prostych: 93.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), papryka św. 100g , rosółka 5g ,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos brokułowy 100ml(1,2),		Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 50g(4,8), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.66 kcal; Białko ogółem: 129.50 g; Tłuszcz: 67.70 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.60 g; suma cukrów prostych: 73.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

czwartek 2025-07-10			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)*, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2834.28 kcal; Białko ogółem: 149.87 g; Tłuszcz: 82.82 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 94.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rosółka 5g , rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,		Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos brokułowy 100ml(1,2),		Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 135.77 g; Tłuszcz: 70.92 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 96.74 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z pomidorem, salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2961.96 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 104.35 g; Węglowodany ogółem: 396.07 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.37 g; suma cukrów prostych: 126.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 426.59 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 149.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.36 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 65.71 g; Węglowodany ogółem: 405.42 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.39 g; suma cukrów prostych: 152.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.81 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 396.97 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 119.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.78 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 60.91 g; Węglowodany ogółem: 415.80 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; suma cukrów prostych: 135.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2789.56 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 67.83 g; Węglowodany ogółem: 429.89 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 152.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.24 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 62.44 g; Węglowodany ogółem: 278.03 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.64 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.17 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 243.24 g; Sól: 1.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.34 g; suma cukrów prostych: 84.57 g; Błonnik pokarmowy: 13.55 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.15 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 126.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.55 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 55.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2713.01 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 433.68 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.16 g; suma cukrów prostych: 127.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 120.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.43 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 448.74 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.28 g; suma cukrów prostych: 123.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.16 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 426.35 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.67 g; suma cukrów prostych: 149.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.13 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 60.10 g; Węglowodany ogółem: 350.27 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 134.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z pomidorem, salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.80 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 72.11 g; Węglowodany ogółem: 353.35 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; suma cukrów prostych: 68.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3068.96 kcal; Białko ogółem: 146.64 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 448.39 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.53 g; suma cukrów prostych: 169.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g), dżem 50g,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza 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), twaróg krajanka 70g (2), Banan 1 szt, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.96 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 470.21 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 192.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 84.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.12 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 351.85 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 73.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Salata 10g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.72 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 392.15 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; suma cukrów prostych: 109.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.08 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.73 g; suma cukrów prostych: 102.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.78 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 366.90 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog. naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2571.77 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 361.54 g; Sól: 4.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 82.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.80 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; suma cukrów prostych: 96.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.92 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 86.22 g; Węglowodany ogółem: 281.59 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.49 g; suma cukrów prostych: 123.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.16 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.22 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 68.85 g; Węglowodany ogółem: 331.26 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 128.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.69 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz: 66.46 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.48 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.07 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 378.97 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.07 g; suma cukrów prostych: 71.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.62 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml*(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.54 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 63.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.51 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 371.79 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.72 g; suma cukrów prostych: 63.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.32 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 51.44 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.40 g; suma cukrów prostych: 73.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Jajko sadzone 1szt*(3), ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.30 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.86 g; suma cukrów prostych: 100.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.04 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 370.18 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.22 g; suma cukrów prostych: 83.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2916.57 kcal; Białko ogółem: 128.12 g; Tłuszcz: 98.42 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.90 g; suma cukrów prostych: 90.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.52 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 62.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.26 kcal; Białko ogółem: 131.18 g; Tłuszcz: 99.19 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2818.35 kcal; Białko ogółem: 131.38 g; Tłuszcz: 97.16 g; Węglowodany ogółem: 362.59 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.87 g; suma cukrów prostych: 121.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.35 kcal; Białko ogółem: 128.98 g; Tłuszcz: 95.08 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 122.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.19 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 85.92 g; Węglowodany ogółem: 356.99 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 118.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.16 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 85.85 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.19 g; suma cukrów prostych: 106.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne 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), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3002.45 kcal; Białko ogółem: 148.88 g; Tłuszcz: 107.87 g; Węglowodany ogółem: 367.00 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.26 g; suma cukrów prostych: 125.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; Sól: 1.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; suma cukrów prostych: 73.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.58 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 104.60 g; Węglowodany ogółem: 239.54 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.97 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.67 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2764.26 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 91.94 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 125.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.99 kcal; Białko ogółem: 120.63 g; Tłuszcz: 98.02 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; suma cukrów prostych: 53.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.61 kcal; Białko ogółem: 135.58 g; Tłuszcz: 96.69 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.72 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 86.69 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 103.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.70 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.17 g; suma cukrów prostych: 124.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rozszponka 5g ,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.55 kcal; Białko ogółem: 131.13 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 362.34 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; suma cukrów prostych: 121.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

niedziela 2025-07-13			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rozszponka 5g ,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.09 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz: 78.32 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 122.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

niedziela 2025-07-13			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rozszponka 5g ,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.02 kcal; Białko ogółem: 139.29 g; Tłuszcz: 86.58 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 110.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;

niedziela 2025-07-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne 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), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2),	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3298.75 kcal; Białko ogółem: 160.38 g; Tłuszcz: 132.16 g; Węglowodany ogółem: 363.85 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.47 g; suma cukrów prostych: 121.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

niedziela 2025-07-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Płatki jęczmienne 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*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,	
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.96 kcal; Białko ogółem: 127.17 g; Tłuszcz: 93.92 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 109.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

Dietetyk

.....