

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1	Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), paprykarz 70g (4,8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2810.05 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 101.68 g; Węglowodany ogółem: 387.04 g; Magnez: 425.59 mg; Sód: 3529.53 mg; Wapń: 1228.25 mg; Żelazo: 13.38 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopočka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.53 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 92.97 g; Węglowodany ogółem: 383.94 g; Magnez: 420.40 mg; Sód: 3368.56 mg; Wapń: 973.21 mg; Żelazo: 16.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 43.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 300ml (1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.22 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 60.11 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; Magnez: 341.35 mg; Sód: 2584.08 mg; Wapń: 938.32 mg; Żelazo: 12.78 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, jabłko	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.83 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; Magnez: 349.25 mg; Sód: 2657.66 mg; Wapń: 893.91 mg; Żelazo: 11.43 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Witamina C: 2.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jarzynka gotowana 120g	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałata zielona - 20 g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.14 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 63.90 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; Magnez: 350.47 mg; Sód: 2645.18 mg; Wapń: 945.88 mg; Żelazo: 10.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13), ser żółty 60g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.58 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 108.48 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; Magnez: 435.75 mg; Sód: 3678.21 mg; Wapń: 1517.11 mg; Żelazo: 16.44 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 52.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1459.90 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 59.82 g; Węglowodany ogółem: 161.00 g; Magnez: 250.36 mg; Sód: 1048.68 mg; Wapń: 1175.90 mg; Żelazo: 10.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 10.55 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1487.95 kcal; Białko ogółem: 123.35 g; Tłuszcz: 47.91 g; Węglowodany ogółem: 150.35 g; Magnez: 254.86 mg; Sód: 716.18 mg; Wapń: 449.10 mg; Żelazo: 7.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 14.42 g; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka rodzinna 50g (1,2,3,8,11,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.45 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; Magnez: 306.46 mg; Sód: 3314.93 mg; Wapń: 234.80 mg; Żelazo: 11.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 50g(4,8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.95 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 90.21 g; Węglowodany ogółem: 298.19 g; Magnez: 362.96 mg; Sód: 3025.74 mg; Wapń: 606.60 mg; Żelazo: 14.37 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 50g(4,8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.85 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 95.23 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; Magnez: 444.41 mg; Sód: 2272.34 mg; Wapń: 1034.75 mg; Żelazo: 15.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1572.87 kcal; Białko ogółem: 68.73 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 203.16 g; Magnez: 218.23 mg; Sód: 1295.30 mg; Wapń: 936.63 mg; Żelazo: 8.06 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna rama 10g 1szt., pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem b/mleka 400ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, Bułka kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.78 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; Magnez: 329.00 mg; Sód: 3927.73 mg; Wapń: 295.83 mg; Żelazo: 13.51 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.58 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 67.16 g; Węglowodany ogółem: 394.13 g; Magnez: 330.60 mg; Sód: 2176.86 mg; Wapń: 935.41 mg; Żelazo: 12.87 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 37.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-19		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb razowy 90g(1), szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), polędwica sopocka 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: twaróg krajanka 70g (2),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.18 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 306.08 g; Magnez: 517.55 mg; Sód: 3210.31 mg; Wapń: 1042.71 mg; Żelazo: 18.00 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 38.09 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), ser żółty 60g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, polędwica sopocka 50g(8), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.58 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 108.48 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; Magnez: 435.75 mg; Sód: 3678.21 mg; Wapń: 1517.11 mg; Żelazo: 16.44 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 52.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; Witamina C: 0.00 mg;

wtorek 2023-12-19		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata b/c 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka familijna 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	Podwieczorek: Herbatniki be-be 14g (1,2,8),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.30 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; Magnez: 341.56 mg; Sód: 2153.89 mg; Wapń: 573.95 mg; Żelazo: 11.64 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 80g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Marchewka z groszkiem 120g, kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), papryka św. 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.75 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; Magnez: 409.75 mg; Sód: 3647.49 mg; Wapń: 1162.62 mg; Żelazo: 15.09 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.83 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 411.07 g; Magnez: 425.54 mg; Sód: 3545.73 mg; Wapń: 1164.35 mg; Żelazo: 13.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy 90g(1,2,3), sałata zielona z jogurtem (2) 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.94 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; Magnez: 388.24 mg; Sód: 2143.82 mg; Wapń: 910.12 mg; Żelazo: 12.55 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.41 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 358.80 g; Magnez: 388.36 mg; Sód: 2145.02 mg; Wapń: 785.31 mg; Żelazo: 11.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; Witamina C: 0.00 mg;		
środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.65 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 74.66 g; Węglowodany ogółem: 363.65 g; Magnez: 384.59 mg; Sód: 2227.22 mg; Wapń: 924.65 mg; Żelazo: 12.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z jogurtem (2) 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.29 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 84.89 g; Węglowodany ogółem: 364.69 g; Magnez: 409.84 mg; Sód: 3201.07 mg; Wapń: 975.37 mg; Żelazo: 15.53 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 45.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml*, Herbata 250g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z	kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1364.15 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 53.62 g; Węglowodany ogółem: 150.98 g; Magnez: 195.60 mg; Sód: 699.43 mg; Wapń: 1127.23 mg; Żelazo: 7.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.93 g; Błonnik pokarmowy: 5.76 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1180.78 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 117.85 g; Magnez: 190.37 mg; Sód: 597.10 mg; Wapń: 293.90 mg; Żelazo: 5.49 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 9.19 g; Błonnik pokarmowy: 7.96 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.80 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; Magnez: 330.86 mg; Sód: 3476.73 mg; Wapń: 431.90 mg; Żelazo: 11.96 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), sałata zielona z	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), papryka św. 100g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1901.40 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Magnez: 332.68 mg; Sód: 2703.13 mg; Wapń: 739.70 mg; Żelazo: 11.45 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-20			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1793.16 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 245.86 g; Magnez: 297.98 mg; Sód: 2278.87 mg; Wapń: 540.72 mg; Żelazo: 11.17 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 31.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Ryż z jabłkiem b/c 300g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1633.95 kcal; Białko ogółem: 46.24 g; Tłuszcz: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 256.77 g; Magnez: 193.04 mg; Sód: 1061.28 mg; Wapń: 745.82 mg; Żelazo: 4.99 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 28.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.51 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 90.00 kcal; Białko ogółem: 6.00 g; Tłuszcz: 3.75 g; Węglowodany ogółem: 7.95 g; Magnez: 17.00 mg; Sód: 94.50 mg; Wapń: 255.00 mg; Żelazo: 0.10 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 1.19 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 20g* (2), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), ryż z jabłkami s/ 300g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Banan 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), serek wiejski 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.91 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; Magnez: 278.41 mg; Sód: 2166.02 mg; Wapń: 712.41 mg; Żelazo: 9.77 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; Witamina C: 0.00 mg;

środa 2023-12-20			Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII		
chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, szynka szkolna 50g(1,2,3,8,11,13), Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Herbata b/c 250ml*, rukola 5g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), sałata zielona z jogurtem (2)	Herbata b/c 250ml*, chleb graham 6 kromek 140g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.30 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; Magnez: 422.30 mg; Sód: 3067.24 mg; Wapń: 762.15 mg; Żelazo: 14.39 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 35g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka panier 80 g(1,3,13,8), surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, śliwki	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.92 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 379.45 g; Magnez: 380.19 mg; Sód: 3327.70 mg; Wapń: 996.51 mg; Żelazo: 13.16 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.69 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; Magnez: 377.86 mg; Sód: 2540.74 mg; Wapń: 964.44 mg; Żelazo: 11.71 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 39.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1899.37 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 60.90 g; Węglowodany ogółem: 265.49 g; Magnez: 257.67 mg; Sód: 1939.11 mg; Wapń: 634.44 mg; Żelazo: 8.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 34.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: Żołądkowa IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.72 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; Magnez: 297.37 mg; Sód: 2740.46 mg; Wapń: 569.03 mg; Żelazo: 10.01 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 32.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1898.57 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 52.86 g; Węglowodany ogółem: 283.28 g; Magnez: 302.12 mg; Sód: 2379.36 mg; Wapń: 593.18 mg; Żelazo: 11.11 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 30.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 15g*(2), Salata zielona - 20 g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.99 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; Magnez: 350.36 mg; Sód: 2730.14 mg; Wapń: 680.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1245.98 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz: 50.85 g; Węglowodany ogółem: 137.33 g; Magnez: 168.37 mg; Sód: 654.50 mg; Wapń: 1110.30 mg; Żelazo: 7.15 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.47 g; Błonnik pokarmowy: 4.93 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1112.66 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 110.25 g; Magnez: 183.28 mg; Sód: 540.92 mg; Wapń: 347.80 mg; Żelazo: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 14.08 g; Błonnik pokarmowy: 8.44 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.37 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 69.10 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; Magnez: 289.22 mg; Sód: 2919.26 mg; Wapń: 507.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Cukrzyca VI
Herbata b/c 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: polędwica sopocka 50g(8),	Podwieczorek: Kefir 150g*(2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2032.82 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 278.61 g; Magnez: 351.41 mg; Sód: 2569.68 mg; Wapń: 765.19 mg; Żelazo: 10.94 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 33.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, surówka porowa 120g(3,11,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), sliwki 150g,	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1964.11 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 265.02 g; Magnez: 322.41 mg; Sód: 2097.09 mg; Wapń: 647.93 mg; Żelazo: 10.79 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 15g*(2), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	Ryżowa 350ml(8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1466.78 kcal; Białko ogółem: 60.37 g; Tłuszcz: 56.10 g; Węglowodany ogółem: 200.32 g; Magnez: 192.66 mg; Sód: 691.73 mg; Wapń: 557.55 mg; Żelazo: 5.90 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 27.00 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.44 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 362.28 g; Magnez: 377.51 mg; Sód: 2561.59 mg; Wapń: 958.84 mg; Żelazo: 11.68 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 20.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.49 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; Magnez: 245.99 mg; Sód: 1921.11 mg; Wapń: 662.97 mg; Żelazo: 11.62 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 35.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Kardiologiczna VII
Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos	Herbata b/c 250ml*, Masło 20g* (2), chleb graham 6 kromek 140g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: polędwica sopocka 50g(8),	Podwieczorek: Kefir 150g*(2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.84 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 304.85 g; Magnez: 448.11 mg; Sód: 2614.34 mg; Wapń: 768.24 mg; Żelazo: 13.29 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.03 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g; Witamina C: 0.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), Masło 15g*(2), Sałata zielona - 20 g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, serek wiejski 70g (2), roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.99 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; Magnez: 350.36 mg; Sód: 2730.14 mg; Wapń: 680.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Witamina C: 0.00 mg;

czwartek 2023-12-21		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata b/c 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynka 2	Herbata b/c 250g, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: Wafel skawa 20g.(1,2,6,7),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.64 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 93.81 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; Magnez: 357.06 mg; Sód: 1814.99 mg; Wapń: 658.74 mg; Żelazo: 10.97 mg; Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem: 36.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; Witamina C: 0.00 mg;