

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosółka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), leczko z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13), Ryż gotowany 200g, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.50 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 90.20 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosółka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2434.80 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 88.70 g; Węglowodany ogółem: 303.28 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 69.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rosółka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	botwinka z ziemn. b/soli 400ml(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.70 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 89.75 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 69.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (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 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2621.44 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2339.21 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 274.95 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.99 g; suma cukrów prostych: 67.07 g; Błonnik pokarmowy: 19.27 g;

<b>poniedziałek 2024-07-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rosółka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	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 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2643.40 kcal; Białko ogółem: 128.26 g; Tłuszcz: 98.75 g; Węglowodany ogółem: 306.33 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2182.98 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 272.94 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 57.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1978.53 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 81.23 g; Węglowodany ogółem: 226.44 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.64 g; suma cukrów prostych: 76.15 g; Błonnik pokarmowy: 17.48 g;

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),	
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.67 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 370.90 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 100.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI	
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, sok warzywny 150ml ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , rukola 5g,	
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2418.50 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 298.40 g; Sól: 8.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.83 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Błonnik pokarmowy: 35.15 g;

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.05 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 62.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na ml. 350 g, wafle ryżowe 60g(8),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2329.82 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 78.52 g; Węglowodany ogółem: 319.77 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g;

poniedziałek 2024-07-01		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 (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroz. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Sałata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2512.85 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz: 49.34 g; Węglowodany ogółem: 436.49 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.43 g; suma cukrów prostych: 87.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.21 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-01			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2254.00 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 68.82 g; Węglowodany ogółem: 303.04 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.75 g; suma cukrów prostych: 68.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

poniedziałek 2024-07-01			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.70 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 314.55 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

poniedziałek 2024-07-01			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Bułka kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos koperkowy 100g (1,2), sok warzywny 150ml ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2406.05 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; Sól: 10.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.78 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

poniedziałek 2024-07-01			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Salata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2808.43 kcal; Białko ogółem: 145.09 g; Tłuszcz: 108.75 g; Węglowodany ogółem: 308.19 g; Sól: 8.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.78 g; suma cukrów prostych: 72.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

poniedziałek 2024-07-01			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Risotto dieta 300g (13) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	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 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.40 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 87.00 g; Węglowodany ogółem: 305.23 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasta rybna z makreli 100g (2,4), Masło 20g* (2), Pomidor 50g, rosół 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g, Ziemniaki 200g* (2), Salátka z kapusty czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.84 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 55.62 g; Węglowodany ogółem: 334.02 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 76.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosół 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.53 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 60.90 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 68.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosół 5g ,	szpinakowa z ziemn. 400ml b/soli(1,2,3,8), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2239.90 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 80.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rosół 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (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), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.30 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.64 g; suma cukrów prostych: 68.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, rosół 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.13 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.12 g; suma cukrów prostych: 79.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosół 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (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), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 70g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.13 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

<b>wtorek 2024-07-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2470.60 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 101.77 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.44 g; suma cukrów prostych: 69.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2082.43 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 84.12 g; Węglowodany ogółem: 247.64 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 90.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.72 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; suma cukrów prostych: 101.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Pomidor 50g, Pasta rybna z makreli 100g (2,4), rosłonka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), arbus 150g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1946.09 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 50.73 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 50.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosłonka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbus 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2154.23 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 67.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), rosłonka 5g ,	szpinakowa z ziemn. b/mąki400ml(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbus 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2159.35 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 55.46 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2024-07-02 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosłonka 5g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml b/ml, Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbus 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.03 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 407.60 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.08 g; suma cukrów prostych: 57.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2118.73 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 332.89 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.62 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.18 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 56.77 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 89.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasta rybna z makreli 100g (2,4), Pomidor 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), arbuz 150g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Biskopki bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2258.44 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 373.34 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.96 g; suma cukrów prostych: 86.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g;

wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Pasta rybna 70 g(2,4), roszonek 5g , ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3044.69 kcal; Białko ogółem: 175.95 g; Tłuszcz: 104.46 g; Węglowodany ogółem: 354.79 g; Sól: 8.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.91 g; suma cukrów prostych: 87.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), mandarynka 1 szt., roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.88 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 62.00 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 72.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3080.05 kcal; Białko ogółem: 142.30 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 416.83 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 137.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2898.04 kcal; Białko ogółem: 129.63 g; Tłuszcz: 88.70 g; Węglowodany ogółem: 393.86 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.46 g; suma cukrów prostych: 127.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	koperkowa z ziem. 400 ml b/soli(1,2,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2777.09 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 82.92 g; Węglowodany ogółem: 392.06 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 139.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z jabłkami 300g (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2914.34 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 94.76 g; Węglowodany ogółem: 410.64 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 143.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2748.24 kcal; Białko ogółem: 121.90 g; Tłuszcz: 84.69 g; Węglowodany ogółem: 380.00 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.48 g; suma cukrów prostych: 115.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3096.64 kcal; Białko ogółem: 152.19 g; Tłuszcz: 93.59 g; Węglowodany ogółem: 403.42 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.00 g; suma cukrów prostych: 137.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

<b>środa 2024-07-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Masło 5g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2236.15 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 275.87 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 73.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2331.55 kcal; Białko ogółem: 128.51 g; Tłuszcz: 100.43 g; Węglowodany ogółem: 236.91 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.49 g; suma cukrów prostych: 114.97 g; Błonnik pokarmowy: 16.01 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), mus warzywno-owocowy 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2697.22 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 77.20 g; Węglowodany ogółem: 380.98 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 123.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.77 kcal; Białko ogółem: 124.76 g; Tłuszcz: 90.53 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; Sól: 7.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3006.84 kcal; Białko ogółem: 132.81 g; Tłuszcz: 88.02 g; Węglowodany ogółem: 434.32 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 127.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo owocowy 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Koperkowa z ziemniak. b/małki400ml (2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2002.79 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 115.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

środa 2024-07-03 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, polędwica sopocka 50g(1,8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), makaron z sosem truskawk. b/ml (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2245.34 kcal; Białko ogółem: 65.49 g; Tłuszcz: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 391.80 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.27 g; suma cukrów prostych: 99.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-03			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2717.24 kcal; Białko ogółem: 129.38 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; Sól: 6.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.81 g; suma cukrów prostych: 127.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

środa 2024-07-03			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2937.24 kcal; Białko ogółem: 130.84 g; Tłuszcz: 92.03 g; Węglowodany ogółem: 401.80 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 137.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

środa 2024-07-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, polędwica sopocka 50g(1,8), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2752.29 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 73.20 g; Węglowodany ogółem: 378.61 g; Sól: 9.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.79 g; suma cukrów prostych: 114.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g;

środa 2024-07-03			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo owocowy 70g (2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka i szpinaku 100g (13), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3199.44 kcal; Białko ogółem: 158.13 g; Tłuszcz: 105.38 g; Węglowodany ogółem: 403.23 g; Sól: 7.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.44 g; suma cukrów prostych: 137.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

środa 2024-07-03			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*,	Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2660.85 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 382.58 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.76 g; suma cukrów prostych: 119.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g,	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), kotlet schabowy 80g (1,3), Ziemniaki 200g*(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 200g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.25 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; Sól: 8.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; suma cukrów prostych: 84.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2287.29 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 322.65 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	gryskowa 400ml b/soli(1,13), schab gotowany 80g, szpinak gotowany b/soli 100g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250g*, sos koperkowy b/soli 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.98 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 287.70 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 71.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (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,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2346.09 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2365.74 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 74.83 g; Węglowodany ogółem: 321.49 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.29 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 78.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

<b>czwartek 2024-07-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.08 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 97.04 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.17 g; suma cukrów prostych: 71.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajko,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajko,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2376.93 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 108.05 g; Węglowodany ogółem: 239.06 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.68 g; suma cukrów prostych: 96.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.19 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 348.79 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.64 g; suma cukrów prostych: 107.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, czarnuszka 2g, roszponka 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2203.16 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 63.37 g; Węglowodany ogółem: 318.58 g; Sól: 7.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 43.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, roszponka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.39 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 319.30 g; Sól: 7.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 73.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Ryżowa 350ml(8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2076.21 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 299.80 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 84.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

czwartek 2024-07-04 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g, czarnuszka 2g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2082.59 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.63 g; suma cukrów prostych: 58.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-04			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Rzodkiew biała 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rosółka 5g, czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2115.49 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 43.54 g; Węglowodany ogółem: 322.40 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.36 g; suma cukrów prostych: 74.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

czwartek 2024-07-04			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rosółka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Jajko sadzone 1szt*(3),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.86 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 78.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;

czwartek 2024-07-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, rosółka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(8),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2276.91 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; Sól: 8.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.36 g; suma cukrów prostych: 75.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

czwartek 2024-07-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Rzodkiew biała 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosółka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2646.89 kcal; Białko ogółem: 129.65 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 365.00 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 77.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

czwartek 2024-07-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, rosółka 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,		Grysikowa 350ml*(1,8,13), schab gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2350.89 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 62.78 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 87.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka50g(1), chleb pszenno-żytni35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, ser topiony 1szt. 17g (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany z groszkiem 170g* (4,13), Ziemniaki 200g* (2), papryka 30g, Kompot z owoców mroż. 250g*	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2632.63 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 379.75 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 125.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2751.99 kcal; Białko ogółem: 110.80 g; Tłuszcz: 83.51 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 144.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.59 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 74.67 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 145.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2524.44 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 60.84 g; Węglowodany ogółem: 387.72 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; suma cukrów prostych: 138.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2579.81 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 378.78 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 126.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3109.24 kcal; Białko ogółem: 136.13 g; Tłuszcz: 108.13 g; Węglowodany ogółem: 402.62 g; Sól: 7.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 93.33 g; suma cukrów prostych: 150.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

<b>piątek 2024-07-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuly z wody 150g, ziemniaki 250g(2) ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2377.49 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 292.22 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.51 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.76 kcal; Białko ogółem: 124.46 g; Tłuszcz: 110.74 g; Węglowodany ogółem: 225.79 g; Sól: 4.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.95 g; suma cukrów prostych: 102.86 g; Błonnik pokarmowy: 13.39 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.44 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; Sól: 7.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.33 kcal; Białko ogółem: 117.55 g; Tłuszcz: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 322.15 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2830.24 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 439.66 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 144.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.12 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), wafle ryżowe 60g(8), twaróg krajanka 30g. (2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.08 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 59.06 g; Węglowodany ogółem: 367.31 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.34 g; suma cukrów prostych: 127.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

piątek 2024-07-05 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	pomidorowa z makar.400mlb/ml (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2527.75 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 431.45 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.64 g; suma cukrów prostych: 114.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2497.64 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 48.07 g; Węglowodany ogółem: 398.60 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.27 g; suma cukrów prostych: 145.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2721.44 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 74.69 g; Węglowodany ogółem: 399.20 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 145.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna rama 20g 2szt., twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kakao 250ml(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g* (2), mandarynka 2 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2498.29 kcal; Białko ogółem: 132.58 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; suma cukrów prostych: 91.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3305.04 kcal; Białko ogółem: 158.96 g; Tłuszcz: 122.32 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; Sól: 8.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 98.86 g; suma cukrów prostych: 139.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 30g. (2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g* (2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2777.04 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 83.83 g; Węglowodany ogółem: 398.78 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.14 g; suma cukrów prostych: 145.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kasza jęczmienna 200 g(1), mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroz. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszpinka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2745.02 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 97.53 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.03 g; suma cukrów prostych: 96.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszpinka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2416.62 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.94 g; suma cukrów prostych: 92.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/soli, Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszpinka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.27 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 74.30 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; Sól: 5.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.22 g; suma cukrów prostych: 97.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszpinka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.05 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 91.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszpinka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2341.82 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 319.61 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszpinka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2513.47 kcal; Białko ogółem: 132.56 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 327.02 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.13 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

<b>sobota 2024-07-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2232.05 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 87.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Marchew gotowana 150g*(1,2), brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2),	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.00 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 253.20 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.55 g; suma cukrów prostych: 114.10 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2232.37 kcal; Białko ogółem: 95.30 g; Tłuszcz: 63.74 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), połędwica sopocka 50g(1,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2098.47 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 57.80 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; Sól: 10.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; suma cukrów prostych: 40.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Herbata z cukrem 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 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2356.97 kcal; Białko ogółem: 110.80 g; Tłuszcz: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.22 g; suma cukrów prostych: 67.66 g; Błonnik pokarmowy: 38.81 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.05 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.84 g; suma cukrów prostych: 78.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt., połędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	brokułowa z ziemniakami 400ml b/ml(13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata 250g, margaryna rama 20g 2szt. , rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1990.62 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 295.45 g; Sól: 8.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.87 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, margaryna light 10g (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, margaryna light 10g (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,			Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2212.12 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 45.66 g; Węglowodany ogółem: 338.91 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.75 g; suma cukrów prostych: 94.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2644.72 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 80.38 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 95.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , marchew gotowana 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1), Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2222.67 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 329.21 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.50 g; suma cukrów prostych: 72.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, polędwica sopočka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Banan 1 szt, Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (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 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,			
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2680.07 kcal; Białko ogółem: 133.37 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; suma cukrów prostych: 103.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, Masło 20g* (2), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) , Kasza jęczmienna 200 g(1), mandarynka 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2447.62 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 76.78 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 84.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, roszponka 5g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g* (2), kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2653.70 kcal; Białko ogółem: 123.77 g; Tłuszcz: 93.37 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; Sól: 9.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.89 g; suma cukrów prostych: 97.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2345.25 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 75.31 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.26 g; suma cukrów prostych: 90.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Kurczak gotowany - 130, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2171.00 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 95.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2331.05 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 92.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.64 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 92.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.45 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; suma cukrów prostych: 92.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

<b>niedziela 2024-07-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajko, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*.

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.87 kcal; Białko ogółem: 123.22 g; Tłuszcz: 88.01 g; Węglowodany ogółem: 271.69 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.49 g; suma cukrów prostych: 93.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.50 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 100.18 g; Węglowodany ogółem: 223.80 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.59 g; suma cukrów prostych: 119.12 g; Błonnik pokarmowy: 16.14 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.20 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 274.22 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2216.60 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 300.04 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.00 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g , pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2115.52 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 63.85 g; Węglowodany ogółem: 305.80 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.07 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	rosół czysty 400ml (13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2094.32 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

niedziela 2024-07-07 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, pasta z białka jaja 70g z zieloną pietruszką, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2152.39 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.81 g; suma cukrów prostych: 55.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-07			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,		twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2140.65 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 52.49 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.85 g; suma cukrów prostych: 90.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

niedziela 2024-07-07			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), mandarynka 1 szt.,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.85 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 398.25 g; Sól: 4.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 125.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;

niedziela 2024-07-07			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rozspanka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kurczak gotowany - 130, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,		Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Masło 15g*(2), rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2183.70 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

niedziela 2024-07-07			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kurczak gotowany - 130, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.85 kcal; Białko ogółem: 139.61 g; Tłuszcz: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.46 g; suma cukrów prostych: 92.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

niedziela 2024-07-07			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2071.35 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 53.46 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; suma cukrów prostych: 87.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

Dietetyk

.....