

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka piastowska 50g(8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.77 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 417.24 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 114.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;

poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.17 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 74.94 g; Węglowodany ogółem: 384.79 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 100.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.57 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 387.38 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 102.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.93 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 348.78 g; Sól: 6.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 98.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;

poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.41 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 427.00 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 106.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

poniedziałek 2024-12-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.37 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 396.55 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 111.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.00 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; suma cukrów prostych: 79.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.45 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 97.81 g; Węglowodany ogółem: 250.53 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.81 g; suma cukrów prostych: 106.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.45 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 67.97 g; Węglowodany ogółem: 356.08 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 109.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.92 kcal; Białko ogółem: 61.37 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 60.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.67 kcal; Białko ogółem: 70.96 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; suma cukrów prostych: 62.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.27 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 61.50 g; Węglowodany ogółem: 270.20 g; Sól: 1.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 103.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*	Ryżowa 350ml* (8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak 120 g, Ziemiaki 200g*, sos pomidorowy b/mleka b/mąki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.43 kcal; Białko ogółem: 57.52 g; Tłuszcz: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 382.78 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.72 g; suma cukrów prostych: 87.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III	
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemiaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.37 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz: 56.07 g; Węglowodany ogółem: 384.55 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.75 g; suma cukrów prostych: 99.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E	
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszonek 5g, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.72 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 371.29 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 131.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII	
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g, Ziemiaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.37 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 366.49 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.57 g; suma cukrów prostych: 83.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Banan 1 szt, Ziemiaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
		Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3211.37 kcal; Białko ogółem: 142.26 g; Tłuszcz: 115.27 g; Węglowodany ogółem: 406.34 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.50 g; suma cukrów prostych: 119.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

poniedziałek 2024-12-23		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX	
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.02 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 384.04 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.55 g; suma cukrów prostych: 111.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Ziemniaki 200g*, kompot z suszu 250ml, grzybowa z makaronem (1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Kapusta z grochem 120g*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.99 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 313.14 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.22 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; Sól: 4.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.63 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.18 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 55.40 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Sól: 4.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; suma cukrów prostych: 83.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rosółka 5g.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2006.63 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 52.54 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.72 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), marchew gotowana 120g (1,2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1956.05 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.43 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.47 g; suma cukrów prostych: 63.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosółką i czarnuszką 100g*.	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g.
	Podwieczorek: mandarynki 150g.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1998.58 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 51.15 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.04 g; suma cukrów prostych: 64.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1).	Herbata z cukrem 250ml*, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*.

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.91 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 55.56 g; Węglowodany ogółem: 282.08 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.54 g; suma cukrów prostych: 69.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.23 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 104.62 g; Węglowodany ogółem: 254.63 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.55 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Błonnik pokarmowy: 14.11 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,		Podwieczorek: mandarynki 150g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1965.58 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 58.05 g; Węglowodany ogółem: 274.73 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; suma cukrów prostych: 89.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.52 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), mandarynki 150g, chleb razowy 40g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1743.80 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 261.83 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.85 g; suma cukrów prostych: 51.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb razowy 40g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.58 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 52.03 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; Sól: 5.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 83.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), chleb b/glutenowy 3 kromki, mandarynki 150g,	barszcz czerwony 350 b/gluten b/ml(8,13), Ziemniaki 200g*, kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1696.69 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.68 g; suma cukrów prostych: 67.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;		
wtorek 2024-12-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	barszcz czerwony 350 b/gluten b/ml(8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, Herbata z cukrem 250 g, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1672.20 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.30 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-24		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, Herbata z cukrem 250 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2004.57 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 43.98 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; Sól: 4.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.12 g; suma cukrów prostych: 88.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

wtorek 2024-12-24		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.22 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; Sól: 4.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.63 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

wtorek 2024-12-24		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 70g (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), mandarynki 150g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.88 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 43.77 g; Węglowodany ogółem: 303.78 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.97 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;

wtorek 2024-12-24		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, Ser żółty 50g(2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kompot z suszu 250ml, Ziemniaki 200g*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.23 kcal; Białko ogółem: 138.07 g; Tłuszcz: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 86.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

wtorek 2024-12-24		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Baton musli 1 szt (1,2,7),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1949.93 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 50.80 g; Węglowodany ogółem: 283.22 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.85 g; suma cukrów prostych: 67.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
szynka z czarnuszką 50g (1,8), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), piernik 60g (1,2,3,6,7),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), rolada wieprzowa 110g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kapusta czerwona zasmażana 120g (1), Ziemniaki 200g*, Sos pieczeniowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.57 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 67.02 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 91.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.40 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 310.81 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 74.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.60 kcal; Białko ogółem: 117.80 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 80.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.60 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 337.13 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 78.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.60 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 338.03 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.93 g; suma cukrów prostych: 77.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.60 kcal; Białko ogółem: 137.49 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 79.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.24 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.20 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 88.36 g; Węglowodany ogółem: 225.32 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.28 g; suma cukrów prostych: 86.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.40 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 111.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.82 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 73.57 g; Węglowodany ogółem: 306.66 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.30 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukolii i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 74.59 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 67.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

środa 2024-12-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.30 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 53.47 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; Sól: 6.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.74 g; suma cukrów prostych: 61.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2205.70 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.00 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.49 kcal; Białko ogółem: 135.08 g; Tłuszcz: 97.44 g; Węglowodany ogółem: 306.75 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.22 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Herbata bez cukru 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.80 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.44 g; suma cukrów prostych: 71.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.80 kcal; Białko ogółem: 165.37 g; Tłuszcz: 108.63 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.51 g; suma cukrów prostych: 76.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.90 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.54 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 86.90 g; Węglowodany ogółem: 393.41 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 121.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.55 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.39 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 395.69 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.66 g; suma cukrów prostych: 124.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.59 kcal; Białko ogółem: 130.11 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 376.12 g; Sól: 4.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g; suma cukrów prostych: 129.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.11 kcal; Białko ogółem: 120.29 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 385.87 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 121.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), schab gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), twaróg krajanka 70g (2),., pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.96 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 73.10 g; Węglowodany ogółem: 381.02 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; suma cukrów prostych: 116.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.70 kcal; Białko ogółem: 137.73 g; Tłuszcz: 67.67 g; Węglowodany ogółem: 395.56 g; Sól: 5.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 126.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.03 kcal; Białko ogółem: 144.11 g; Tłuszcz: 90.39 g; Węglowodany ogółem: 305.40 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.47 g; suma cukrów prostych: 95.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.60 kcal; Białko ogółem: 139.59 g; Tłuszcz: 114.76 g; Węglowodany ogółem: 267.38 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.68 g; suma cukrów prostych: 121.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.65 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; Sól: 5.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 125.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), schab gotowany 90g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.43 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 83.01 g; Węglowodany ogółem: 308.39 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 57.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2775.42 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 84.82 g; Węglowodany ogółem: 404.69 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.46 g; suma cukrów prostych: 110.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.40 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.41 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 77.10 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 115.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,	Brokułowa z ziemn. b/ml. 350ml.(1,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, schab gotowany 90g, sos koperkowy 120g b/ml (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.64 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 40.44 g; Węglowodany ogółem: 412.82 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.33 g; suma cukrów prostych: 111.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-26			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.59 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 62.53 g; Węglowodany ogółem: 395.45 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.36 g; suma cukrów prostych: 124.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

czwartek 2024-12-26			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2912.59 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 103.79 g; Węglowodany ogółem: 391.47 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.50 g; suma cukrów prostych: 123.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.24 g;

czwartek 2024-12-26			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), schab gotowany 90g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.53 kcal; Białko ogółem: 121.90 g; Tłuszcz: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 334.14 g; Sól: 5.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.28 g; suma cukrów prostych: 73.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

czwartek 2024-12-26			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3161.78 kcal; Białko ogółem: 164.61 g; Tłuszcz: 102.04 g; Węglowodany ogółem: 409.61 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.21 g; suma cukrów prostych: 128.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;

czwartek 2024-12-26			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), pomidor 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.10 kcal; Białko ogółem: 129.27 g; Tłuszcz: 74.82 g; Węglowodany ogółem: 396.96 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 127.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), twarożek 70g (2).	grochowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2836.05 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 112.54 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.21 g; suma cukrów prostych: 103.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.94 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.34 g; suma cukrów prostych: 98.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, ziemniaki b/soli 200g m,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.46 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 334.21 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 98.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.20 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 80.66 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; Sól: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; suma cukrów prostych: 98.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.34 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 78.49 g; Węglowodany ogółem: 298.02 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 89.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twarożek 70g (2),	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.84 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 83.23 g; Węglowodany ogółem: 309.38 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 105.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1840.65 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 247.64 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.64 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.63 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 109.72 g; Węglowodany ogółem: 206.92 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.97 g; suma cukrów prostych: 94.21 g; Błonnik pokarmowy: 10.32 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.36 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; Sól: 5.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 119.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.58 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 305.82 g; Sól: 5.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.92 g; suma cukrów prostych: 58.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.89 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Sól: 4.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sałata 10g,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1826.94 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 58.84 g; Węglowodany ogółem: 245.70 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.83 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.56 g;

piątek 2024-12-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Szpinak 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1930.92 kcal; Białko ogółem: 56.60 g; Tłuszcz: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 331.22 g; Sól: 8.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.60 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-27			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.14 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.05 g; suma cukrów prostych: 98.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

piątek 2024-12-27			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.23 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 279.06 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 80.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

piątek 2024-12-27			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twaróg 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), rozspanka 5g ,			
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.53 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 293.03 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.80 g; suma cukrów prostych: 72.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

piątek 2024-12-27			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg 70g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.14 kcal; Białko ogółem: 127.65 g; Tłuszcz: 84.12 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 120.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

piątek 2024-12-27			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Banan 1 szt,			
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.69 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 79.20 g; Węglowodany ogółem: 350.31 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; suma cukrów prostych: 123.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.47 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 88.17 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.88 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.22 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; suma cukrów prostych: 83.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.22 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 112.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.07 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 50.79 g; Węglowodany ogółem: 343.75 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.21 g; suma cukrów prostych: 103.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.37 kcal; Białko ogółem: 114.34 g; Tłuszcz: 58.43 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Sól: 7.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 104.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.27 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 374.12 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; suma cukrów prostych: 92.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.50 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 398.87 g; Sól: 1.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 97.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.47 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 101.11 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.11 g; suma cukrów prostych: 124.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.87 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 71.95 g; Węglowodany ogółem: 425.61 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 103.38 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynki 150g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.92 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 83.52 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; Sól: 4.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 67.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.40 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 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]: 2446.39 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 381.37 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami b/ml b/m 350ml (8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, buraczki gotowane b/mąki 120g, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.33 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 58.61 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 79.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

sobota 2024-12-28 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	barszcz czerwony 350 b/gluten b/ml(8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.45 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz: 44.87 g; Węglowodany ogółem: 382.85 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.87 g; suma cukrów prostych: 77.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-28			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., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.42 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 364.48 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.48 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

sobota 2024-12-28			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 350g* (1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.31 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 409.55 g; Sól: 6.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 127.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

sobota 2024-12-28			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2566.97 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 363.91 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 85.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g;

sobota 2024-12-28			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3003.77 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 100.98 g; Węglowodany ogółem: 392.75 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.99 g; suma cukrów prostych: 104.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

sobota 2024-12-28			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.10 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 86.53 g; Węglowodany ogółem: 363.90 g; Sól: 5.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 76.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Masło 15g*(2), rozspanka 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.39 kcal; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 89.36 g; Węglowodany ogółem: 380.47 g; Sól: 6.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; suma cukrów prostych: 113.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.94 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 67.01 g; Węglowodany ogółem: 400.31 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 126.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.24 kcal; Białko ogółem: 128.02 g; Tłuszcz: 74.19 g; Węglowodany ogółem: 377.29 g; Sól: 5.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 127.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2812.74 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.98 g; suma cukrów prostych: 128.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.40 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 384.66 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.10 g; suma cukrów prostych: 109.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2877.04 kcal; Białko ogółem: 143.72 g; Tłuszcz: 77.72 g; Węglowodany ogółem: 404.72 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.95 g; suma cukrów prostych: 130.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.36 kcal; Białko ogółem: 77.78 g; Tłuszcz: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; Sól: 1.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.97 g; suma cukrów prostych: 83.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.09 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 93.23 g; Węglowodany ogółem: 249.90 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.97 g; suma cukrów prostych: 107.93 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.91 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 388.13 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 131.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, roszonka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.40 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 66.64 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 65.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 200g*(2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2800.54 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 436.61 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 129.36 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, Ser żółty 50g(2), roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.23 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 56.63 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

niedziela 2024-12-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2205.65 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 360.19 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.38 g; suma cukrów prostych: 92.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.14 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 48.13 g; Węglowodany ogółem: 400.06 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.27 g; suma cukrów prostych: 126.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homogen. naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.91 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 80.41 g; Węglowodany ogółem: 394.12 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 124.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.68 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 51.42 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.21 g; suma cukrów prostych: 123.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3163.74 kcal; Białko ogółem: 167.96 g; Tłuszcz: 100.15 g; Węglowodany ogółem: 401.57 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.78 g; suma cukrów prostych: 126.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.55 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 391.87 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 114.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g;

Dietetyk

.....